



RÜLL

190

h



كتاب روضة الأصحاب ودوحة الأئمة
الفداء الفقير المذنب محمد الشيرازي
المتطيب اعطاه الله العاقبة والمعاذ
الدائم في الدين والدنيا
والآخرة

قد دخل الى مدينتي الفقير ابو الخير •
 احمد الوردي التوفيقي المعروف بكوريلي
 زاده انا لله الله الى ما اراده
 في الدنياه والدينه والآخره
 امير امير
 امير



١٩٠



بسم الله الرحمن الرحيم

المحمد لله الذي هو الانسان بحكمة علم الطب لحفظ صحة الابدان
 وخلق انواع الاعدية والادوية بقدرته لازالة المرض بقدر الامكان
 والصلوة على سيدنا محمد وطبيب قلوبنا محمد الذي قال العلم
 علمان علم الابدان وعلم الاديان وعلى له وصحبه المداوين
 للقلوب الفاسية بحكم القرآن فيقول الفقير الى الله المجيب
 محمد بن ابراهيم الطبيب لما رايت العلم فيمن تجلى به ادرك الغاية القصوى
 وفاز بالمقصد الاقصى يؤيد ذلك ما ورد في فضله ومناقب اهله
 من الايات البينات والاختيار المتواترات والمشهورات كقوله
 جل جلاله يرفع الله الذين امنوا منكم والذين اوتوا العلم درجات
 كقوله عليه السلام فضل العالم على العابد سبعين درجة ما بين
 كل درجتين كما بين السماء والارض فعلم الطب من بين العلوم
 كان ارفعها مكانا وانفعها غاية لكونه موضوعه بدن الانسان
 الذي هو اشرف مواليد الاركان والناس يحتاجون اليه في كل حين
 وان وحين ومكان ولذلك اجتمعت الامم والديانات وانفقت الكلم
 والشهادات بفضل صناعة الطب وجلالها وعلو مرتبتها ونجا
 لان تحصيل جميع الفضائل النفسانية موقوف على الصحة وحفظها

وازالة الامراض ودفعها وهما لا يحصلان بدون الطب فتحصل
 الفضائل النفسانية واجب عقلا وشرعا وزيادة التحقيق ان تعلم الطب
 واجب لان هذا العلم يقتضي دفع الضرر عن النفس ودفع الضرر عن النفس
 واجب وتعلم الطب واجب لانا نرى الاوجاع والآلام قد يشتد بالناس
 فاذا داووا وبادى شئ زال ذلك لالم عنهم باذن الله سبحانه ولما ثبت الامر
 كما ذكرناه الفت بعد مطالعة اكثر الكتب الطبية والكمانية الحكيمة
 الكتاب المسمى بروضة الاصحاء ودعوة الالباء المشتمل على زينة ما يجب
 استحضاره من الستة الضرورية في تدبير الصحة البدنية مستقيضا
 من خالق النفع والضرر على ما جرى عليه القضاء والقدر واعتمدت
 في تحقيق المرام وتقرير الكلام في ذلك المقام على تحقيقات الشيخ الرئيس
 من القانون وشروحه والتمس من الناظرين في هذه الرقعات
 والمتاملين في تلك الدروس ان لا ينظروا الى من قال بل ينظروا الى ما
 ما قال فان بالحق يظهر مراتب الرجال لا بتقدم الازمنة والاجال ان
 يشبهوا بنديل العدل والانصاف ويعرضوا عن طريق الجور والاعتناء
 وان يصلحوا مواقع الخلل ومواقع الزلل فاني بالقصور في هذه الصناعة
 لمعترف ومن يجار فضيل الفضلاء المنصفين لمعترف واسأل الله تعالى
 ان يعصمني عن الخطاء والزلل في جميع ما صدر عني من القول والعمل
 وجعلته رسما لخدمته على حضرت ينصب اليه الوية العظيمة لامل
 ويرتفع عنده اعلام على خلق الله وهو ظل الله في الارضين والسموات



عدله على ذلك دليل مبين بيته الكريم قبله اصحاب الحاجات
على التحقيق ولنا يحجون اليه من كل فج عميق باب العظم معظم
مواقف العلماء وجناحه الكريم اعظم مقاصد الفضلاء الذي
رفع لواء الفضل في ايام سلطنة الى القبة للحضراء وزين نجوم
العلم في اعوام دولته بالنور والضياء واستعلى كواكب العلماء و
الفضلاء في عهد تربيته الى اوج السماء واستقر منازل العلماء
في مملكة بمطالع العلي واستنار الايام بنشر محامده من السمك
الى السماء كلامه الموجز قانون الانام في نظام الايام وفي احكامه
شفاء الالام الذي يكل عن احصاء كماله السنة الاقلام وتنزل
في تعداد بعض مناقبه اقدام الافهام على جلاله قدره شهدت
ايات الله النصوص لانه المجاهد في البر والبحر مع الذين يقاتلون
في سبيله صفا كانهم بنيان مرصوص السلطان ابن السلطان
سلطان احمد جعل الله تعالى محمودا في كل فعالة وابقاء واعطاه مناه
واهلك اعداء وجعلهم فداء بحجر الذي اصطفاه واله وصحبه المتبعين
هداه وهما انا اشرع في المقصود بعون الله الغفور الودود
فاقول هذا الكتاب مرتب على عشر روضات **الروضة الاولى**
في ماهية الصحة وموضوعها **الروضة الثانية** في ماهية
الهواء وتديره **الروضة الثالثة** فيما ياكل ويشرب وما يتعلق
بهما من التدبير **الروضة الرابعة** في الحركة والسكون البدنيين

الروضة الخامسة في النوم واليقظة **الروضة السادسة**
في الحركة النفسانية **الروضة السابعة** في الاستفراغ والاحتباس
الروضة الثامنة في الجماع ومنافعه ومضاره وتديره **الروضة**
التاسعة في احوال الحمام وتديره فيه **الروضة العاشرة** في الانذار
من الحوادث الردية **الروضة الاولى** في ماهية الصحة واقسامها
وموضوعها اعلم ان الصحة على ما عرفه الشيخ في الفصل الاول
من القانون انها ملكة او حالة تصد رغبها الافعال من الموضوع
لها سليمة اقول ولا ينكر عليه التردد في الجنس لان قصده ان
يكون الصحة هيئة نفسانية والهيئة النفسانية اما ان يكون
ممكنة فيقال لها ملكة واما ان لا تكون متمكنة فيقال لها حالة
فكانه يقول ان الهيئة النفسانية على كل قسميها اذا صدرت عنها
الافعال من الموضوع لها سليمة كانت صحة وجالينوس يزيد في الحد
ويقول كلها سليمة وهذا يستلزم ان يقول بحالة لا صحة ولا مرض
كمن عينه سليمة وباذنه اولسائه آفة ومن ليس له صحة تامة
ولا مرض تام كالناقة والشيخ والطفل ومن يصح في وقت ويمرض
في اخر كمن يصح في الشتاء ويمرض في الصيف والاصحاء ثلاثة
اصناف صحيح في المقايمة كالشباب المعتدل المزاج **الصحيح التركيب**
وصحيح دون الغاية وهو الذي لا يذم من صحته شيء كالمجرور او
المبرود من اصل الجبله مع ان افعاله سليمة جارية على ما ينبغي

مهادن عن ذلك المزاج وصحيح مشرب على المرض كالممتلئ من الدم
 الهواء لان يلاقيه هواء بعض ذلك الدم او غدا او ينبثق
 شيء من العروق واذا عرفت ماهية الصحة وافسامها فاعلم
 ان لكل من العلوم والصناعات موضوعا هو محل البحث فيما يراد من
 علم او صناعة باعتبار العوارض الذاتية لا باعتبار الخصوص والعوم
 كالاتفاظ للنحو والمقام المعقولة للمنطق والجسم من جهة التغير و
 الحركة للعلم الطبيعي ومن جهة كونه ذولا لبعاد للهندسي وكذلك الحسب
 موضوع لصناعة النجارة والحديد للحداثة وموضوع الصحة هو
 بدن الانسان من جهة صدور الافاعيل عنه فاحتيج بالضرورة
 الى معرفة بدن الانسان من تلك الجهة وقد ثبت في العلوم
 الحكيمية ان الشيء انما يعلم من اسبابه ومبادئه او وجدت
 والا من عوارضه الذاتية اللازمة له وثبت ان الاسباب
 التي يصدر عنها الشيء اربعة لان السبب اما ان يكون داخلا
 في ماهية السبب او خارجا عنه فان كان داخلا فاما ان يكون
 ماهية وجوده بالقوة او بالفعل فان كان بالقوة فهو المادة
 وان كان بالفعل فهو الصورة وان كان السبب خارجا فان كان
 هو الذي طبع الصورة في المادة فهو الفاعل وان كان الذي من
 اجله طبع الطابع الصورة في المادة فهو الغاية فالسبب اذن
 مادي وفاعل وصوري وغائي والمادي منه القريب وهو

الانشاق
 العرق منه

العضو والروح وابعده منه الاخلاط التي يتولد منها العضو و
 والروح وابعده من ذلك وهو الاركان والسبب الصوري
 هو المزايا والقوى والفاعل هو السبب الضروريات وهي الهواء
 والمأكول والمشروب والحركة والسكون والنوم واليقظة والار
 والاحتباس والاستفراغ والحوادث النفسية والسبب التاماني
 هو الافعال واما ما سوى السبب الفاعل من الاركان والامحة
 والاعضاء والقوى والارواح والافعال فقد بسط الشيخ الرئيس
 في القانون في موضوعاته المفيدة ما عجز كل متكلم من الاطباء
 ان ياتي بمثله اما بنصه وبغيره ونحن الان نتكلم في الاسباب
 الفاعلة الضرورية التي لا بد من القلب والمصرف فيها فاتي
 بهار روضة روضه وبابه المستعان وعليه التكلان **الروضة**
الثانية في ماهية الهواء وتفراته وما يتعلق به وهي احدى عشرة
الدويرة الاولى في جوهر الهواء وتأثيره في الابدان اعلم ان الهواء
 جسم بسيط خفيف مصفا بالنسبة الى الماء والارض وطبعه
 حار رطب وموضعه الطبيعي فوق الماء وحت النار لكي ينبغي ان
 يعلم ان الهواء المحيط بابدان الناس ليس بتام البساطة لاسيما
 المستنشق عند الترويح لما يحصل فيه من الاستحالة بالمسخن
 الخاطلة من طبع النار فصار كانه هواء يخالطه نارية ما وصلح
 لان يد الروح الذي توفر في تركيبه الهواء والنار الخفيفات

وقل مقدار غيرها وانما قلنا ان الهواء المحيط بابدنا ليس بتمام
البساطة لانه يحصل له الاستحالة الى الحرارة بملاقاة سطح الارض
عند قرب الشمس ولما ينفذ فيه من الاجرة والادخنة المتصاعدة
من بطون الارض لشعاع الشمس واشعة الكواكب والاجرة
وان لم تخالطه الهواء كل المخالطة لا بد وان تحصيله احالة بالنفوذ
ومرورها فيه والهواء اربع طبقات الاولى ارتفع عن سطح
الارض الى اربعة عشر فرسخا وهذه الطبقة في اكثر الاحوال
لا يخلو من مخالطتها لاما من بطن الارض او من سطحها او مما
ينزل من الاجسام المركبة عند انحلالها وتسمى هذه الطبقة النسيم
الثانية هي التي وصلت اليها الاجرة من الطبقة التي دونها بتصعيد
الحرارة اياها ثم ذهبت تلك الحرارة التي صعدتها فاخذت الاجرة
في العود الى الطبقة المائية التي منها تصعدت فيظهر عنها ما يقتضيه
الطبيعة المائية من البرد الشديد المجد فان طبيعة الماء تقتضي
ان يكون جامدا غير سيال ويدل على ذلك ما يشاهد في البلاد الشديدة
البرد من جمود الغدران والانهار وذلك عند ضعف الشعاع
المسيل وهناك يحدث السحب والصواعق والزرقة التي بطن
انها لون السماء وانما يتخيل فيها مثل الزرقة المتخيلة في رودنيل
مصر وغيره على ما حكى الشيخ في طبيعيات الشفاء واذا نشأت السحب
فنجما الرياح وحركتها قوية فيحصل للسحب عن حرارة الحركة ومن

شعاع

شعاع الشمس الملقى عليها ومن سخونة الهواء المتصعد اليها من
تحت ما يحيل جمودها فترسل المطر وان لم يصل شعاع الشمس الى
السحب ولم يخل جمودها منزل الثلج كما يكون في البلاد الباردة بقدر
الغزير العليم وهذه الطبقة تسمى الزمهريرة وبعدها يكون في
مسافة يسيرة وهي بعد سبعة عشر فرسخا عن الارض والطبقة
الثالثة ما ارتفع عن كرة الزمهريرة وهو اؤها خال عن كل المخالطة
والموثرات مما دونها اذ لا يصل اليه شيء من تسخين ما فوقه من
الاسطقس الناري لاجل الطبقة الاخرى التي بينهما فيحق ان يقال
ببساطته والطبقة الرابعة ما ارتفع عن تلك الطبقة وهذه
الطبقة مما يسخن بالنار التي تحت فلك القمر على ما يراه المشايخ و
يتكون فيها ذوات الازناب والنيازك والاعمدة ونحوها وربما
توجد هذه المتكونات متحركة بحركة الفلك تشبيعا له على ما
حققه الشيخ في طبيعيات الشفاء والنجاة والهواء في اول وروده
بالاستنشاق الى البدن يكون بالنسبة الى الروح الحيواني باردا
مهديا لانه يلهو به ومسكن الحرارة فاذا سخن بالحرارة الغريزية
فما كان منه من الجوهر اللطيف قبل الاستحالة الى الروح الحيواني
لما ذكره الغريزي على ما ذكره جالينوس من ان الروح متولد من الهواء
المستنشق او يمد الروح ببرده على ما حققه الفاضل ابقراط وما كان
منه غليظا يخالطه ارضية ما ولم يقبل الاستحالة الى الروح

وانما قلنا على ما يراه المشايخ لان الحكماء قسموا مشايخ
ونهم تشبعت ارسطو واشراقهم شعبة افلاطون
انكروا وجود النار تحت فلك القمر وذهبوا الى ان
في اجزاء المواليد انما تحصل من اشعة النيازك ومن اراد
فليطالع كتب الاشراق وهي المطارحات وحكمة الاشراق
والفاواري وغير ذلك كحكمة الاشراق

القلبي ولا يمكن امداده على المذهبين مبرته القوة المميزة و
دفعته الطبيعة عن الروح ونقته منه واخذت المكان الغير
مما يرد بعده من هواء بارد لتعديل الروح ويتم ذلك بالنفس
المركب من هاتين الحركتين وهما الانبساط للجاذب والانقباض
الدافع من الرئة ومن منسجم البدن فلذلك كان صلاحه وحفظه
على جودته سببا عظيما قويا في اصلاح حال ارواحنا خارج ابداننا
وفساده بالضد **الدوحة الثانية** في طباع الفضول اعلم ان تغير
الهواء ثلثة اقسام طبيعية وهي تغيرات الفضول وخارجة عن
الطبع وهي الحاصلة من عروض البلاد والتربة والبحار والجبال
وسمائية وهي الحاصلة من اجتماع درار مع الشمس وغيرها
ولما كان اوقات السنة من اقوى الاسباب في تغير الهواء كان
كل فصل من فصول السنة يؤثر في الخلط الغالب فيه بسبب
مزاجه الخاص به فيلزم من ذلك انه متى تغير مزاج الهواء عن واجبه
تغيرت الاخلاط واستحالت فتغير مزاج البدن المخالف له وينقل
من حال الى حال اعلم ان المراد من الفضول عند الاطباء ليس نزول
الشمس احدى الاعتدالين او الانقلابين كما هو مشهور عند المخمين
بل الربيع عندهم هو زمان نشو النبات والاشجار وعدم الاحتياج
فيه في البلاد المعتدلة الى ادفاء من البرد وترويح من الحر يعقدهما
وهو الفصل معتدل لبقاء الرطوبة الشلوية واقبال الحرارة

الصيفية

وانما قيل المعتدلة لان الفارة منها
يكون رطبها افضل حرارة فضاخ الى البرد
معتدلة من البرد والحر فضاخ منها يكون رطبها افضل
ارادة فضاخ الى ادفاء معتدلة من البرد والحر

الصيفية فلذلك يتبدى نشو الاشجار فيه وهو افضل الفصول
اذا كان على مزاجه الطبيعي ووصف رجل الربيع واحسن فقال الارض
في الربيع زمررة والاشجار وشى والهواء مسك والنسيم عنبر
والماء راح والطيور قيان قلت وهو في البلاد المعتدلة قريب
من الربيع عند المخمين الذي هو انتقال الشمس في ربع الفلك
من رأس الحمل الى نهاية الجوزاء ولا يبعد رأى الاطباء من رأى
المخمين بعدا كثيرا والحريف مقابلة الربيع وهو زمان تغير لون
ورق الشجر وسقوطه وطبعه بارد يابس بالنسبة الى الصيف
اما برده فلبعد الشمس عن المسامنة الموجبة السخوية هو الصيف
لكن البرد فيه لم يستحكم كما في الشتاء واما يابس فلتقدم الصيف
الحمل المجفف ولتقصان الرطب مثل الانداء والامطار لا ترطب
الهواء انما يكون لكثرة وقوعهما والصيف جميع الزمان الحار
لقرب الشمس من مسامنة الرأس قال الشيخ في القانون
ان الصيف حار يابس لقرب الشمس من سمت الرأس وقوة الشعاع
الفائض عنها الذي يتوهم انعكاسه في الصيف اما على زوايا
جادة جدا واما ناكسة على اعقابها في الخطوط التي نفذت فيها
فيكشف عندها الشعاع وسبب ذلك في الحقيقة ان مسقط
شعاع الشمس منه ما هو بمنزلة مسقط السهم من الاسطوانة
والمنحروط كانه ينفذ من مركز جرم الشمس الى ما يحاذيه ومنه

ما هو بمنزلة البسيط والمحيط او المقارب للمحيط وان قوته عند
سهمه اذ التأثير يتوجه اليه من الاطراف كلها واما ما يلي الاطراف
فهو اضعف وخن في الصيف واقعون في السهم او يقرب منه
ويدوم ذلك علينا سكان العروض الشمالية وفي الشتاء بحيث
نقرب من المحيط ولذلك ما يكون الضوء في الصيف انور مع ان
المسافة من مقامنا الى مقام الشمس في اقرب اوجها ابعدا ما نسبة
هذا القرب والبعدين في الجزء الجنوبي من الجزء الرياضي
واما تحقيق اشتداد الحر واشتداد الضوء فهويتين في الجزء
الطبيعي انتهى كلامه ولما علم ان سبب حرارة الصيف بما
من كلام الشيخ بقي ان تذكر سبب يفسد الصيف فنقول ان يفسد
ان يكون لوجود الاول ان الحرارة الشديدة فيه محالة للرطوبة
فظهر بفساد الثاني ان حرارة الصيف مشاكلة للطبيعة النارية
وهي باسبة الثالث ان قلة الامطار والانداء موجبة للتحفاف
لا محالة والشتاء جميع الزمان البارد اعلم ان طبيعة الشتاء
باردة رطبة اما برودة فلان الشمس فيه تكون في البروج
الجنوبية فتكون بعيدة عن سمت رؤس سكان الشمالية و
فيكونون واقعين في المحيط او بالقرب منه وذلك يقتضي
ان يكون نفي الشعاع اكثر والضوء اقل وكل منهما يقتضي
قلة الحر او عدمه فيكون هواؤه باردا بالنسبة الى هواء الصيف

ورطبا

ورطبا جدا وذلك لقلة التخليل فيه وقوة البرد المكثف للهواء
المخيل له الى مشاكلة الطبيعة المائية ولكثرة ما يقع فيه من
الانداء والامطار **الدوحة الثالثة** في احكام الفضل وتأثيرها
وتغايرها اعلم ان كل فصل يوافق من به مزاج صحي مناسب للفصل
في الكيفية المزاجية حتى ان كان المزاج الصحي معتدلا كان الربيع
موافقا له وان كان حارا يابس كان الصيف يوافق وعلى هذا يختلف
في هذا الحكم هل يصحح على اطلاقه او لا فذهب اكثر الاطباء الى الاول
بتاء على ان الصحة تحفظ بالمثل والمرض يداوى بالضد وخالف
بعضهم منهم العلامة الشيرازي ودليلهم ان المجزور يلزم ان لا
يتضرر بالصيف والمبرود بالشتاء ومن اراد التفصيل في ذلك
فعليه شروح القانون وكل فصل يخاط ويضر من به سوء مزاج
مناسب للفضل لتقوية مزاج الفصل سوء مزاج منه اي مزاج الفصل
منه لتقوية سوء المزاج وافراط اخراجه عن الاعتدال الا اذا
خرج الفصل عن الاعتدال جدا مثل ان يكون الصيف بارد
ارطبا والشتاء حارا يابسا والكل ردي موجب للمرض فيخالف
ويضر المناسب وغير المناسب لان كل افراط وتفریط عدو
للطبيعة مضاعف للقوة مناف للصحة وايضا ان كل فصل
ينفع المزاج المرضي المضاد للفضل لكون شفاء الامراض با
لضد واذا خرج فضلا من متواليان عن طبيعتهما وكانا متضادين

في خروج الفصل عن واجبه اما افراط
في البرودة والشتاء مفرط البرودة والرطوبة فكله
ولما التفریط فيهما مثل ما قلنا في سطر هذا الكتاب
منه

وليعلم ان مزاج الشخص الموجود في الفصل
اما ان يكون مناسباً للفضل او لا يكون وكل واحد
منهما اما ان يكون صحيحاً او مريضاً فالقسم اربعة
الاول المزاج الصحي المناسب والثاني الصحي المناسب
والثالث المرضي المناسب والرابع المرضي المناسب
منه

ولم يقع افراط في المقدار متماد في الزمان كورود الربيع الشمالي
 اى البارد اليابس على الشتاء الجنوبي اى الحار الرطب كان لحوق
 الثاني بالاول موافقا بالابدان معدلا لها فان الربيع البارد
 اليابس يتدارك جنابة الشتاء الحار الرطب لكون المعالجة بالضد
 لما مر وكذلك ان ورد على سماء يابس جدا ربيع رطب جدا وتغير
 الزمان في فضل واحد اقل جلبا للوباء من تغيره في فضول كثيرة
 لقصر زمان المؤثر في الاول وطوله في الثاني والهواء الحار الرطب
 اقبل للعفونة من غير كون الحرارة فاعلة والرطوبة قابلة سيما
 اذا كان الرطوبة كثيرة والحرارة قليلة لان العفونة عندهم عبارة
 عن حبس حرارة يسيرة برطوبة كثيرة وهواء الماكن المختلفة
 الاوضاع التي بعضها مرتفع وبعضها منخفض اكثر تغيرا من
 هواء الاماكن المستوية لكون الهواء المنخفض مسخنا والمرتفع
 مبرنا ولعدم تسلط الرياح على نقل ذلك الهواء فيدوم تأثيرا
 المفسد الارضى فيه اى المنخفض من الابخرة والادخنة وانقاس
 الحيوانات التي هي الابخرة المسخنة الفضيلية المندفعة من قلوبهم
 والعالية حالها تسلط الرياح من الجوانب كحال هواء المستوية
 وخير الفصول حبان ترد على واجباتها بان يكون الصيف
 حاراً و الشتاء بارداً لان انحرافها سبب لأمراض الرديئة
 وبان يكون الخريف معتدلاً بين الحرارة والبرودة والربيع

بين الكيفيات الاربع والسنة المستمرة الفصول عن كيفية
 واحدة مثل ان يكون جميع السنة رطبا او يابسا او حاراً او بارداً
 سنة ردية كثيرة الامراض المناسبة لكيفيتها ثم بطول مدتها
 فان الفصل الواحد يثير المرض اللائق به كالفصل البارد اذا وجد
 بدنا بلغيا حرك الصرع والفالج والسكته والقوة والتشنج
 الامتلاقي ونحوها من الامراض البلغمية والحار اذا وجد بدنا
 صفرا ويا حرك آثار الجنون وهي قرانيطس او مانيا او صبارا
 فان الكل من تلك الامراض قد يطلق على الجنون والحماة الحادة
 الاورام الحارة فكيف اذا استمرت السنة على طبع الفصل الواحد
 و اى فصل استعجل استعجلت امراضه خصوصاً في الصيف والخريف
 لان تأثير حر الصيف في التجفيف اسهل من تأثير البرد في الترطيب
 لشدة حرارته وكون الحرارة اقوى الفاعلين وعلى هذا يكون
 التجفيف الحاصل من صول الصيف اقوى من الترطيب الحاصل
 من طول الشتاء وترطيب اليابس في الثاني اصعب من تجفيف
 الرطب وعلى هذا يكون المرض الحادث من طول الخريف اكثر
 واصعب مما يحصل من طول الربيع ولا نقلا ب الفصول تأثير
 عظيم في تغير الاحوال ولو تغير الهواء في يوم واحد من حر الى
 برد لتغير مقتضاها بالابدان كما قال ابقراط في ثالثة الفصول
 متى كان في يوم واحد حرارة حرو مرة برد فتوقع حدوث امراض

خفيفة واصح الزمان ما كان الخريف مطيرا والشتاء الاعاد ما للبرد ولا مطرا
 فيه بالقياس الى اخلاف البلاد والربيع مطيرا والقيصيف حار بحيث لم يخل
 من المطر فهو اصح ما يكون **دوحة الرابعة** في الهواء الجيد النافع لتعديل
 الروح وتقوم الابدان الهواء الجيد هو الذي لا يخالطه من ^{شيء غريب} الادخنة
 الرديئة والاشجار الموزية كاشجرة البطايح والاجام والخنادق والصوامع
 والمباقل التي فيها الكرب والجرجير او الاشجار الخبيثة كالشوحط
 والجوز والتين فان هذه الاشياء لمجاوتها مما ينسد الهواء ولا يكون فيه
 رياح عننة ولا تحتبس عنه الرياح الفاضل ولا يكون المسكن محقونا
 غير مكشوف الا في حال الوباء الحادث من سبب امر سماوي فان المسكن
 المغوم فيها افضل واما الوباء الحادث من سبب ارضي فان المكشوف
 افضل وكل ما هو اسرع الى التبرد اذا غاب الشمس والى السخن اذا طلعت
 فهو لصيف وما يضره في الخريف وشر الالهوية ما يقبض الغواد ويكون
 عاصبا على التنفس ^{كثا ناع} كانهما يقبض على الخلق **الدوحة الخامسة** في كيفيات
 الالهوية ومقتضيات الفصول الهواء الحار يحمل الارواح والاخلط
 والحرارة الغريزية اما تحليله للارواح فبالتيخير والاخلط فبالخلل
 والحرارة الغريزية فتوسع المسام وجذب الحرارة الغريزية الى الظاهر
 المناسبة والكيفية فيرخي البدن لتخفيف الجلد وتسهيله للرطوبة
 اليه فان عند الهواء حمر اللون يجذب الدم الى الخارج وان افطر صغر
 بتحليله واحراقه لما في ظاهر البدن من الاخلط ويكثر العرق لما يفتح

المسام

المسام ويقل البول لانصراف الربات التي كان حقها ان يندفع الى المشاة
 ثم الى الخارج ويضعف المضم بتحليل الروح والحرارة الغريزية وتبريد
 الباطن ويعطش بتحليله الرطوبات وبحسب حاج الطبيعة الى اخلاف
 بدل ما تنقص منها بتسخين القلب برورده عليه فان صادف في البدن رطوبة
 فضلية عفاها واحث حيات غفنية والهواء البارد يشد البدن بجمعه
 وتكثيفه ويعين على المضم بحصر الحار الغريزي في الباطن كما قال ابقراط
 ان الاجواف في الشتاء اسخن ما يكون بالطبع ويكثر البول لاحتقان
 الرطوبات وقلة غلظتها بالعرق ونحو من الوسخ والرمص جايان ويقلل
 الثقل لانصراف عضل المتعدة ويتكاثفها ولا يستيلد البرد عليها وعدم
 مساعدة المعاء المستقيم لتلك العضلة فلا ينزل الثقل لفقدان مساعدة
 المجري على نزول ما ينزل منه فبقى الثقل في المجري زما فاطول ولا يخل ما يئته
 الى جهة المثانة فيخرج بالبول فلذلك يقل مقدار الثقل والهواء الرطب يلين
 الجلد ويرطب البدن ولذلك يصير مهتيا لقبول الحيات الغفنة والهواء
 اليابس فيعمل الانتشاف الرطوب ^{البدن} اللينة ويخفف الجلد والهواء الكدر
 يوحش النفس لوجهين احدهما ان يدكر جوهر الروح ويقلظها ولذلك
 لا يكون مطاوعة سهلة الانطباع للحركة الفرعية الى الخارج وثانيهما
 انه يفقد اشراق الروح ويحدث فيها ظلمة موحشة للنفس كما توحشها
 الظلمة الخارجية ويثور الاخلط بحدوث السدد في المجاري الضيقة
 بسبب غلظه فلا يتقد فيها الاخلط فيقتصد ويتنور والتنور حالة كالفيلان

ان يله اذ المدد الهواء الرطب ما بالاطمجة مائة
 غنية ونظير مثله انما يكون على بيل البيل خلقي في طب
 الهواء الخفيف فانه يكون على سبيل القرب في الجوهر
 ان يله البس في بيل يقال التسخين ان يله اذا يبس على غلظه
 وذلك الانتشاف الرطوب اللينة فلذلك سار يقل في الامراض
 الغفنية

والفرق بين من الحدة الغليظ والكدران الغليظ هو المتشابه في خشونة
جوهره والكدر هو الخالط باجسام غليظة ويدل على الهواء الكدر و
الغليظ قلة ظهور الكواكب الصفار وقلة لمعان ما يطلع من الكواكب
الثابتة كالمرقش وسبب الهواء الكدر والغليظ كثرة الانجزة والادخنة
وقلة الرياح الفاضلة وكل فصل يرد على واجبه احكام خاصية فإ
لربيع اذا كان على مزاجه فهو افضل فصل لا اعتداله وهو مناسب للمزاج
الروح والدم ومع اعتداله يميل بسبب قرب الشمس عن سمت الرأس سرعة
حركة الميل عن الاعتدالين الى حرارة لطيفة سماوية ورطوبة طبيعية
لزوال الرطوبة الفضلية الشتوية عنه ويحمر اللون يجذب الدم الى
الظاهر ويجري الاخلاط الراكة المتجمدة ببرد الشتاء ويسيلها من
امكنها بجمارية اللطيفة السماوية فيهبج الامراض المزمنة كالما ينجو
في صاحبه وغيره من الامراض بحسب موادها واذا طال اعتداله قلة الامراض
الصيفية لقصر زمان الصيف وضعف حرارته فكانت امراضه قليلة
وامراض الربيع اختلاف الدم وهو يطلق تارة للسهج وتارة للاسها
الكبدى والرعاف الغير الجري والماليخوليا المرارى والاودام والدمامل
والخوائيق القتالة وسائر المزاجات وانصداع العرق لزيادة حجم الدم
بحرارة ذلك الفصل ونفث الدم والسعال وخصوصا الربيع الشتوى
وسوء حال من بهم هذه الامراض وخصوصا السيل ويحرك في المبلغيين
موادهم فيحدث الشككة والقالج واوجاع المفاصل وما توقع في الامراض

نقد كروسان الربيع مع اعتدال الحمل
قرب الى ما يميلان اليه اعنى الحرارة والرطوبة
الغريزية

في فصل الربيع
الذي هو فصل
الذي هو فصل
الذي هو فصل

لانما في الماد الظاهر البدن
في انما في الماد الظاهر البدن
في انما في الماد الظاهر البدن

الحادثة

الحادثة في الربيع بوساطة اعانها الربيع على تحريك المواد امور ثلاثة
احدها حركة من الحركات البدنية لكثرة وقوعها في الربيع فان الشتاء
بسبب برده وكثرة الامطار والتلوج فيه يتعذر على الانسان الحركة
والحركة مستحثة مشورة لامراض الربيعية وثانيها حركة من الحركات
النفسانية كالغضب والفرح فان سبب كثرة وقوعها في الربيع دون
الشتاء انما يكون بحرارة هواء الربيع فان حرارته تسخن الهواء وتحرك
الروح الى ظاهر البدن فتصير مستعدة للفرح والغضب ولذلك يتو
ادنى امورها تناول المسخنة فان كثرة استعمالها في زمان الشتاء
اكثر بسبب برده الهواء فيستمر على استعمالها واذا استمر واعلى
استعمالها اعان الربيع على تحريك المواد وسيلانها كالحركة والربيع
موافق للصبيان ومن يقرب منهم لمناسبة مزاجه بمنزاجهم في الحرارة
والرطوبة والشتاء اهون للهضم بحصره للحرارة الغريزية ولقلة
الفواكه فيه واقتصار الناس على الاغذية الحقيقية الخالصة عن
الدوائية كاللحوم وغيرها وقلة حركاتهم فيه على الامتلاء ولا لبقائهم
الى المواضع الدفينة الحارة باعتدال وهو اكسر الفضول للحرارة الصفراء
لبرده وقصر زمانه مع طول ليلة المقتضى لزيادة البرودة وحسن المواد
وكثرة استعمال الاغذية الغليظة ولذلك كان الناس اسد احواجا
الى تناول المقطعات والملطفا والامراض الشتوية اكثرها بلفجية ويكثر
فيه امراض الركام ويتبدى الركام مع اختلاف الهواء الخريف ويتبعه

ذات الجنب وذات الرية والجوحة ووجع الخلق ثم وجع الجنب
 نفسه والظهر والصداع المزمن وافات العصب والتسكنة والصرع
 كل ذلك لاحتقان المواد البلغمية لتكاثف المسام بالبرد وتكثرها
 لتوليد الفصل ^{أي الشتاء} لما مع عدم تحللها والمشاخ يتأذون بالشتاء
 ومن يشبههم من البرودين لضعف طارهم الغريزي الذي به يقاوم
 البرد الخارجي والمتوسطون يتفخعون به لتعديل مزاجهم ويكثر
 الرسوب في الشتاء بالقياس إلى الصيف لقلة التحلل بسبب التكون
 فيه والصيف يخلل الاخلاط لانه يخلل المسام ويجذبها إلى الظاهر
 ويضعف القوة الماسكة لأفعلها يتم بالبرد واليبس ويكثر حركات
 الناس فيه إلى معاشهم ويضعف الهضم لتوجه حرارة الباطن إلى
 الخارج ويضعف القوة بتحليله الأرواح والحرارة الغريزية ويضعف
 الأفعال الطبيعية لأفراط تحليله ويقلل الدم والبلغم أما تقليل
 الدم فلضعف الهضم وفرط التحلل ومضاد طبيعته لمزاج الدم
 وأما تقليل البلغم فلعدم تولد واستعمال الأغذية فيه تقتضي
 عدم البلغم ويكثر المرار الأصفر لوافق طبيعة ذلك الفصل لها
 وكثرة استعمال الأغذية القابلة للاستحالة إلى المرار ويكثر في آخر
 الصيف المرار الأسود بوجهين أحدهما بسبب تحلل الرقيق و
 احتباس الفليظ واحتقانها ليلان آخر هذا الفصل إلى بردها
 لمشايمته أول الخريف وثانيهما أن آخر كل فصل شبيه بأول

الفصل الذي يليه بطبيعته يقتضي توليد تلك السوداء والصيف
 الحار اليابس يقوى المشايخ ومن يشبههم من البرودين ويصفر اللون
 بتحليله الدم ويقصر فيه مدد الأمراض سيما إذا كانت حارة يابسة
 لأنها إذا كانت القوة قوية بعينها الهواء على تحليل المادة ونفجها و
 دفعها وإذا كانت ضعيفة زادها ضعفا بالارخاء فسقطت القوة
 ومات صاحبها والصيف الحار الرطب يطول مدد المرض ولذلك يؤلف فيه
 أكثر الروح إلى الإكالة ويعرض فيه الاستسقاء وزلق الأمعاء ولين
 الطبع وتعين في جميعها كثرة انحداد الرطوبات من أعالي البدن إلى
 أسفل وخصوصاً من الرأس لأن الصيف الرطب يلا البدن رطوبات
 سيما الرأس فإن انحدرت إلى المعدة أحدثت زلق الأمعاء وإلى الكبد
 أحدثت الاستسقاء وإلى الأمعاء أحدثت الاسهال والزوسنطار
 يا والأرض القبطية كالغلب والمطبعة والحرقة وضمور البدن
 ووجع الأذن والرمد ويكثر في القبط خاصة إذا كان عديم الریح
 الجحمة والبثور التي يناسب الجحمة كالفلة والجاورسية والنار
 الفارسي وغير ذلك وسبب جميعها احتراق المادة وغلظها التحلل
 لطيفها اعلم أن الحيات في الصيف الربيعي حسنة الحال
 ضعيفة الأعراض قليلة الحدة كثيرة الفرق خصوصاً في البحارين
 فإن الحار يسيل المواد والرطب يرخي ويوسع المسام كما قال بقراط
 في ثلاثة الفصول إذا كان الصيف شبيهاً بالربيع فتوقع في الحيات

عرفا كثيرا واذا كان الصيف جنوبيا اي حار رطبا كثيرا فيه الاوتيه
 والجدرى والحصبة واما الصيف الشمالي اي البارد اليابس فانه مصحح للابدا
 لتجويده الهضم يجمع الحرارة الغريزية في الباطن لكن ايكثرفيه امراض
 العصر لتكثيف الرياح الشمالية للبدن وهذه الامراض تحدث من سيلان
 المواد بالحرارة الباطنة والظاهرة اذا ضربتها برودة ظاهرة فعصرها
 كالنوازل وما معها من الزكام والسعال والربو وذات
 الرية واذا كان الصيف يابسا انتفع به المبلغون والنساء لتعديل
 رطوباتهم الزائدة وعرض لاصحاب الصفراء رمديا بس وجما حادة مفرنة
 وعرض من احترق الصفراء غلبة السوداء للاحتقان ولقلة التحلل
 بسبب بيوسه الهواء المكثفة قال ابقراط في ثالثة الفصول
 واما في الصيف فيعرض بعض هذه الاعراض وجما دائمة ومحركة وغب
 وفي وذب ورمد ووجع في الاذن وقروح في الفم وغصن في القروح
 وحصف والحريف يكثر فيه الامراض لوجود سنة وهي تغير الهواء
 وانحلال القوة وكثرة الفواكه ونورها واستعمال الاغذية الرديئة
 من الفواكه ونورها وفساد الاخلاط بالماكولات الرديئة وبما قد تحلل
 اللطيفة من الاخلاط بحر الظهاير وبقي الكيف يبرد الغداوات
 وان اثار الطبيعة للدفع ردها البرد الى الحقن وقلة الدم فيه
 لمضادة مزاجه بمزاج الدم وتكثير المرار الاصفر والاسود ولترمد
 المرار الاصفر في الصيف وبتردها يبرد الحريف ويبدسه واوله موافق

كثفة
 جمع العوار وهي غفيرة تفيض من الهواء
 الرطبة الموجبة للنفث بسبب الحرارة وقلة
 الفاظه

والمراد بالحارة هي القوة الحارة في
 اليابسا لا الكثرة التي تقابل الزيادة في
 ما قاله ابقراط في صفة الانسان في
 ان كان الصيف شماليا يابسا ولحم
 يطر عند طلوع الشمس فانه يبرد
 لهم رمديا بس وجما حادة مفرنة
 مست

اقول انما يريد بهذا الامراض
 امراض الشتاء لان كل فصل
 تشبه بالآخر من حيث واما في
 وسطه فتحدث الامراض
 الحارسة

لشدة

للمشاخح موافقة ما المشابهة اوله للصيف واخره يضرهم جدا القوة
 البرد وامراضه الجرب المتقشر والقوي ولسرطان واوجاع المفاصل
 والحيمات المختلطة والربيع وعظم الطحال وتقطير البول لاختلاف مزاجه
 في الحر والبرد وعسر وزلق الامعاء لدفع البرد فيه مارق من الاخلاط
 الى باطن البدن وعرق النساء ويكون فيه الذبحة المرارية للذاغدة كما
 في الربيع البلغمية لامبداها من الخلط الذي يثيره الفصل الذي قبله
 ويكثر ايضا ايلوس اليابس وقد يقع فيه السكنة والصرع والامراض
 الردية واوجاع الفخذين والظهر بحركة الفضول في الصيف وانحصارها
 فيه ويكثر الديدان في البطن لضعف الهضم والدفع وفي اليابس من الحريف
 يكثر الجدرى خصوصا اذا سبقه صيف حار ويكثر فيه الجنون ايضا وهو امراض
 الفضول بفرجة الرية والدق والعلل التي ذكرنا لتجفيفه وارادوه ايبسه
 والحريف كالكاقل والضا من للصيف لبقايا امراضه واجوده اطلبه
 والمطر منه **الدوحة السادسة** في احكام تركيب السنة اذا وردت
 ربيع شمالي على شتاء جنوبي ثم يتبعه صيف ومد وكثرة المياه وحفظ
 الربيع المواد الى الصيف كثر الموقن في الغلمان في الحريف لفساد الهواء
 وانما قلنا في الحريف لان الصيف اذا كان كثير الحرارة والرطوبة ترطب
 الابدان وسالت الرطوبات الشتوية التي كان الربيع حقاها واحدت
 لا محالة بطول الاحتقان وحرارة الصيف وبما يستفيدة من العفونة
 التي يوجبها حرارة الصيف ايضا فاذا جاء الحريف عصر تلك الرطوبات

اي بارد يابس كثيرا الرياح الشمالية قليل
 الجنوبية مست
 وانما خصص لغلمان الاقراط الرطوبات لانهما
 من يكون في حكمهم كالنساء واصحاب الدعة لما فيه
 مست

الكثير الردية وجسها في الباطن فكثير الموت لاحالة وكثير النجس وقروح
 الامعاء والغيب الغير الخالصه وان كان الشتاء شديدا الرطوبة اسقطت
 اللواتي يتربصن وضعهن ربيعا باد في سبب وان ولدن ولم يسقطن ^{ضعفن}
 او امتن اي اسقن اي انين باولاد منهوكة مسقاة طول حياتهم وكثير
 الرمد واختلاف الدم والنوازل في المشايخ خاصة وزجاجة الموتون فجاء الهجوم
 خلط كثير ينزل الى سالنك الروح دفعة وان ورد ربيع مطير جنوبي
 على شتاء شمالي كثرت في الصيف حمى حادة ورمدولين طبيعة واختلاف
 دم واكثرها الحركة البغم المجتمع في الشتاء ولنزوله ويضر بالنساء والصبيان
 ويكثر العفن وحمياته فان حدث فيه وقت طلوع الشمس مطر وريح
 شمالي يرحي خير وتخلت الامراض ومن بنجومهم يقع في الربيع لترمد
 الاخلاط بسبب حرارة الصيف وحدة الحيات وبعده في الاستسقاء لان
 طول مدة الربيع انهدك القوى واضعف الهضم فيؤدي الى الاستسقاء
 وامراض الطحال لا حترق الاخلاط ويقل ضرره في المشايخ والمبرودين
 وان ورد على صيف يابس شمالي خريف مطير جنوبي حدث في الشتاء
 صداع ونزله وجحوة وسعال وسل وان ورد على صيف جنوبي يابس
 خريف مطير شمالي كثرت ايضا في الشتاء الصداع ثم النزلة والسعال
 والجحوة وان ورد على صيف جنوبي خريف شمالي كثرت في الخريف
 جنوبيين وطبين كثرت الرطوبات وامراض العسر في الشتاء ولا يبعد
 يؤدي احتقان المواد الى امراض عفية وان كانا يابسين وشماليين

انين باولاد منهوكة مسقاة
 طول حياتهم وكثير
 الرمد واختلاف الدم
 والنوازل في المشايخ
 خاصة وزجاجة الموتون
 فجاء الهجوم خلط كثير
 ينزل الى سالنك الروح
 دفعة وان ورد ربيع
 مطير جنوبي على شتاء
 شمالي كثرت في الصيف
 حمى حادة ورمدولين
 طبيعة واختلاف دم
 واكثرها الحركة البغم
 المجتمع في الشتاء ولنزوله
 ويضر بالنساء والصبيان
 ويكثر العفن وحمياته
 فان حدث فيه وقت طلوع
 الشمس مطر وريح شمالي
 يرحي خير وتخلت الامراض
 ومن بنجومهم يقع في
 الربيع لترمد الاخلاط
 بسبب حرارة الصيف وحدة
 الحيات وبعده في
 الاستسقاء لان طول
 مدة الربيع انهدك القوى
 واضعف الهضم فيؤدي
 الى الاستسقاء وامراض
 الطحال لا حترق الاخلاط
 ويقل ضرره في المشايخ
 والمبرودين وان ورد
 على صيف يابس شمالي
 خريف مطير جنوبي حدث
 في الشتاء صداع ونزله
 وجحوة وسعال وسل وان
 ورد على صيف جنوبي يابس
 خريف مطير شمالي
 كثرت ايضا في الشتاء
 الصداع ثم النزلة والسعال
 والجحوة وان ورد على
 صيف جنوبي خريف شمالي
 كثرت في الخريف جنوبيين
 وطبين كثرت الرطوبات
 وامراض العسر في الشتاء
 ولا يبعد يؤدي احتقان
 المواد الى امراض عفية
 وان كانا يابسين وشماليين

حرارة الصيف الواردة على
 ارض قد ترقبت بالاسماء
 واستعدت العفونة
 منسوبة

انتفع

انتفع المطوبون ويعرض من غيرهم رمد يابس ونزلة من منه وحمى حادة
 وما ينجوليا والشتاء البارد المطير يحدث حوقة البول لتضرر المثانة با
 لبرد واذا اشتدت حرارة الصيف وبسوسة حدثت خوائق قتالة لحدة
 المادة وشدة نكابتها وعسر بول لحدة المواد ولتقبض عضلة المثانة
 للحر واليبس وحصبة وحمية وجدي سليما ورمد لتوجه المادة الى
 العين وفساد الدم لغلبياته وكرب واحتباس طمث لتقبض مسالكه
 باستيلاء الحر واليبس ونقص دم لانه بحدية تفرج بعض المجاري من
 الربة وتكون الشتاء والربيع معا يابسين ردي والوباء وهو تغير
 الهواء الى الفساد ويفسد الاشجار والنبات فيفسد معتققاتها من
 الماشية ويفسد اكل الماشية والنبات من الناس لثلاثة اوجه الاول
 لفساد الهواء نفسه والثاني لفساد ما تقتدي به من النبات والثالث
 لفساد ما تقتدي به من الماشية التي عرض لها الفساد **الدوحه**
السابعة في تأثير التغير الهوائي الغير الطبيعية العرضية وهي تعرض
 اما الامور سماوية فكا اجتماع الشمس مع الكواكب سواء كانت من
 السيارات او من الثوابت فيتوقر الشعاع ويحدث الضخوة قيمائسا
 وكوقوع تمام الكسوف فيحدث دفعة برد واما الامور ارضية وهي ست
 الاول من جهة العرض وهو بعد البلد عن خط الاستواء اما ان يكون شماليا
 او جنوبيا فاقرب جدا من خط الاستواء او ازااد فان الفصول يكون
 هناك متقاربة في كمياتها ولا يحصل الشمس على سمت رؤسهم ودوام

ضعفن
 العين
 الحمة
 منه

تزايد اجزاء الميل عند العقدتين ونهارهم وليلهم متساويان في الطول
 والقصر والفصول عندهم قصيرة المدة فانها يكون عندهم ثمانية فصول
 فان الشمس تبعد عن سمت رؤسهم عند كونها في اول السرطان والجدي
 فيحصل عندهم شتاء ان وتسامت رؤسهم عند كونها في الحمل والميزان
 دفتين فيحصل عندهم صيفان وبين ذلك ربيعان وخريفان والمواقع
 التي تبعد عن خط الاستواء فاما ان يكون عرضها بقدر الميل اعني ميل
 فلك البروج عن معدل النهار او اكثر قليلا فتدوم الشمس على سمت
 رؤسهم او قرب منها فيكثر عندهم وقت ذلك الحر لزيادة النهار ودوام
 المسامة وقصر الليل ثم تبعد عنهم بعد اكثر فيحصل عندهم برد زائد
 لضد ذلك وما كان عرضه اكثر من ذلك فالحال فيه بين في غلبة البرد
 او اقل في غلبة الحر الثاني من جهة وضع البلد في نجد او غور فالعالي
 ابرد ابدا لاجل مخالطة الاجزاء المائية المتبخرة مع اجزاء الهواء في
 الارتفاع فبردت المكان الذي تجاوره والغائر اسخن لاجل احتقان
 الاراضي المتسخنة بشعاع الشمس به ويسخن الهواء المجاور له عن
 الثالث من جهة الجبال فان كانت شمالية فوجب التسخين وان كان
 من البلاد الشمالية بانعكاس شعاع الشمس وستر الريح الشمالي وحق
 للجنوبي ورده اليه وكذلك ان كانت من جهة المغرب وانكشف للشرق
 وما كان من جهة المشرق كان الامردون ذلك في التسخين لابتعاد
 الشمس عن الجبل من اشرافه عليه الى غروبه بخلاف الاول وان كان البلد

منخرايين صد في جبلين والريح ياتيها من احد جهات المكشوفة فينحذب
 الريح فيه دائما لخصره بين الجبلين ولان الهواء والماء اذا انحذب في سلك
 ضيق فلا بد من هذا واعدل البلاد واحسنها من جهة الجبل ما كان مسدود
 المغرب والجنوب مكشوف المشرق والشمال الرابع من جهة البحار فانها توجب
 ترطيب هواء البلاد فان كانت في ناحية الشمال عن البلاد اعانت على
 تبريد بما يعين بردها وان كانت في ناحية الجنوب اوجبت زيادة
 في غلط ريح الجنوب لترطيبه بالمرور عليها واختلاط الانجزة الارتفاع
 منها وخصوصا اذا لم تجد منفذا معاوقة جبل بوجه الريح الجنوبي واذا
 كانت في ناحية المشرق كان ترطيبها للجو اكثر مما كانت غربية لان الشمس
 يلج عليها بالتحليل الزائد مع مغارب الشمس ولا يلج على الغربية واسلم
 البلاد البحرية ما كانت مهب شمال ثم صبا ثم دبور والجنوبي مضرها
 جدا لما من جهة الرياح فالجنوبية حارة وطيبة الا اذا كان مرورها
 على جبال نالجة والشمالية باردة يابسة الا اذا اجتازت ببراري
 محترقة والمشرقية والمغربية بالقياس اليهما متعديتان الا ان المشرقية
 اجروا يابس قليلا من الغربية وخير منها والسموم اما ريح مجتازة ببرار
 حارة جدا واما من جنس الادخنة التي تفعل في الجو علاماتها ثلاثة شبيهة
 بالنار اذا استعمل وفارق لطيفة نزل ثقيله مع بقية النهاب
 ونارية وجميع الرياح القوية يتبدى من فوق وان كان مبدأ موادها
 من اسفل السادس من جهة التربة فان البلد الذي تربيه سبخية

او صحريه او نيه او حايث او معدنية فان الهواء والماء اللذين في تلك البلة
 يتكيفان بتلك الكيفية فيوجبان ما يوجبهما كل واحد من تلك التربة فهذه
 احكام الهواء الغير الطبيعي **الدوحة الثامنة** في تأثير تغيرات الهواء الرديئة
 الخارجة للجري الطبيعي هذا اما الاستحالة جوهر الهواء الى الرداءة او الافراط
 كيفية منه في الاشتداد او تفريط كيفية في النقص اما الاول فهو الوباء وهو
 تعفن يعرض في الهواء كتعفن الماء المجمع المتغلغل في الارض فان الهواء
 الذي يحيط بنا ليس بسيطا صافيا بل هو جسم ممتزج من الهواء الحقيقي واجزاء
 المائية والارضية والنارية وكذا ماء البحار والبطائح لكن الغالب
 عليه الماء فهذا الهواء قد يعفن ويستحيل الى الرداءة كما ان البطائح واكثر
 عروض الوباء في الاخر الصيف وفي الخريف واما الثاني فهو تغير الهواء
 الذي سببه من افراط الكيفية الغير المحتملة حتى يفسد النسل والزرع
 وذلك اما الاستحالة مجازية كشدة معمة القبط او استحالة مضادة
 كونه برودة البرد في الصيف بعروض عارض اي سواء كان سماء ويا كما اذا
 عرض كسوف تام في الصيف لتبريد الهواء او ارضيا كما اذا هبت رياح
 على جبال نالجة بالقرب من البلد فتبرد الهواء جدا وخصوصا اذا كان تلك
 الرياح شمالية فالماصل من هذه الباحث ان الهواء المضاد للطبيعة
 في كفيته اما ان يكون مع كونه خارجا في جوهره او لا يكون والاول هو
 الوباء وله اسباب ارضية واسباب سماوية اما الارضية فمثل اقدار
 الدن وجنت الموتى ومياه مستنقعة ويطايع عفنة ومباقل رديئة

فان مثل هذه المذكورات ترتفع منها انخرة رديئة ونخالط الهواء فان كانت
 في مهب الرياح الانية الى المسكن فانها عندما تمر بها تنكسر تلك الانخرة
 وتخلط الى المسكن وترد على الابدان بالاستنشاق وغيره فتودنها من
 داخل وخارج وكذلك تفعل بباقي الحيوانات والنباتات وينفسد اكليهما
 وربما كان السبب المرضي امرا حاصل في باطن الارض لم يشعربه كعدن
 ردي اجتمعت بخاراته على مر الايام ثم ارتفعت دفعة واوجبت
 ذلك ومثل هذا الوقت المساكن العالية اجود من المنخفضة لبعدها
 عن مجاورة الارض وما يرتفع منها والمستورة عن الجهة التي ياتي منها
 الريح اجود من المكشوفة ومن الاحوال الرديئة ان يكون المعدن
 المذكور والجليف وغير ذلك في موضع مرتفع والبلد في وهذه والريح
 الآتية الى البلد تمر بالموضع المرتفع في مقابلتها جبل مرتفع بحيث
 انه يصدر الريح عن المرور والتخلل ويعكسها على البلد فان مثل هذه
 البلد عن الحالة المذكورة يكون في ارض المساكين واما السماوية فمنها
 انه متى وجد القمر في تحويل السنة مخوسا لاسيما برجل دل ذلك على كثرة
 الامراض والموت وكذا اذا جاسد القمر رخل ونظر اليه من تربيع او مقابلة
 ومنها ان ينظر الى الجزء السابق لدخول السنة بالاجتماع والاستقبال
 وحده فهما دليلان متفق وجدهما مخوسين باحد النخسين والذنب
 فاحكم بالوباء والامراض اما الزحل والذنب فبالامراض الباردة
 كالفالج والامراض السوداوية واما المربع فبالامراض الحادة والامراض

الدورية ومنها انه اذا انصرف القمر عن الاجتماع او الاستقبال الذي يكون
 قبل دخول السنة كما تقدم ذكره وانصل باحد النجوم من قران او تربيع او
 مقابلة دل على الوباء والامراض ومنها انه اذا كان صاحب طالع السنة
 او صاحب طالع الاجتماع او الاستقبال الذي قبل دخول السنة منحوسين
 دل ذلك على الوباء والقضاء وان رايت صاحب طالع السنة وللموت متصليين
 بصاحب السادس كالمريض كثير الموت قليلا وان كان الناحس المريح
 كانت الامراض حادة لا سيما اذا كان المريح في برج حار وسريع السير
 وان كان زحل او كان صاحب الثامن كانت الامراض مزمنة لا
 سيما اذا كان زحل بطيئا وفي برج بارد ومنها انه اذا انتهت ام السنين
 او طالع التحويل الى الدرجة التي حصل فيها القران السابق لدخول السنة
 لزحل والمشتري او لزحل والمشتري وانفق عند ذلك نظرهما الى ذلك
 الجزء او صاحبه وصاحب حده نظر عد اوة دل جئنا على الامراض
 والموت الذريع فهذه هي الاسباب السماوية الموجبة للوباء وفي مثل
 هذه الاوقات الاماكن الفائرة المستورة اجود من الاماكن العالية
 المكشوفة والثاني هو الخارج في حرارته او برودته الى كيفية غير
 محتملة كانت مضادة لكيفية الفصل الذي حصل فيه ذلك التغير
 وذلك هو الاستحالة المضادة كزهرية الصيف ولا يكون كذلك
 وهو الاستحالة الجانسة كعمقان الصيف وله ايضا اسباب ارضية
 وسماوية قريبة كما ذكر في الاول ومن السماوية ما قد علمت فيما سبق

ان الشمس هي الموجبة لاختلاف الفضول غير الثالث من الكواكب اذا قارنته
 الشمس ازداد تسخينها كالمريح وما يناسبه في مزاجه من الكواكب ومثلها
 اذا قارنته الشمس في زمان الشتاء نقص من برده فيخرج بذلك عن مزاجه
 الطبيعي فان قارنت زحل قوي البرد واليبس فيه الى الغاية وان حصلت
 مقارنة زحل في زمان الصيف نقصت من جره ويخرج بذلك عن المزاج
 الطبيعي ومنها الكسوف كما تقدم وكذا الامور الارضية قد سبقت
 مشروحة واذا عرفت فاعلم ان المخصوص باسم الوباء على اصطلاح الشيخ
 هو القسم الاول ومنهم من يسمي الثاني وباء ايضا وهو اختيار صاحب
 الكامل والامام وابقرط يسمى من ذلك ما كان علما امراضا واقرة وما
 كان مهلكا موتانا وما يخص بلدا دون بلد امراضا بلدية اعلم ان الهواء
 اذا تعفن عفن الاخلاط بسبب استنشاقه وابتداء بتعفن ما في القلب
 من الخلط المحصور لقربه اليه واذا سخن شديدا رزخ المفاصل وحلر
 الرطوبة والروح والحرارة الغريزية فراد في العطش لفناء الرطوبات
 وسخونة القلب واسقط القوى بتحليله الروح ومنعه الهضم ويصفى
 اللبثيون الصفراء ويسخن القلب سخونة غريزية ويسيل ^{خلاط} الا
 باذابته اياها وميلها غفنة الى التجاوب والاعضاء الضعيفة
 ولا يتففع بالهواء الحار الا بعض المستسقين واصحاب الفالج والكزاز
 والنزلة الباردة والتشنج والقوة الرطبين والهواء البارد يحصر
 الحار الغريزي داخل ويقي افعال الباطنة كلها ويمنع سيل المواد

وهو اوفق للاصحاء من الهواء الحار المفرط وهذا كلها ما لم يقطع والافيت
 الغريزية والهواء الرطب موافق لاكثر الامزجة من اللون والجلد ويلين
 ويبقي المسام منفحة الا انه يهيئ للعفونة واليابس بالصد **الدوحة**
التاسعة في موجبات الرياح اما الشمال يفعل ما يفعله الهواء البارد و
 يشد الابدان وينع السيلان الظاهر من العرق وشبهه ويسد المسام
 بتكثيف الجلد ويقوى القوى وخصو الماظمة بتوفير الحرارة في الباطن
 ويعقل البطن ويدر البول ويصح الهواء العفن الذي بالمضادة لان
 العفونة انما تحدث من الحرارة والرطوبة وهي باردة يابسة وانما تقدم
 للجلوب الشمال حدث من الجنوب اسالة المواد بسبب حرارته ورطوبته
 ومن الشمال عصرها الى الباطن بسبب برده وييسه فيكثر سيلان
 المواد من الرأس الخلق والصدر ولذلك يكثر علمها واكثر امراضه في الاعضاء
 العصبية والامراض الشمالية كثيرة منها اوجاع العصب والمثانة والرم
 وعسر البول ومنها السعال اكثره سيلان المواد لعصرها الى جهة الخلق
 والالتانفس ومنها اوجاع الاضلاع والمفاصل والجنب والصدر ومنها
 الاقشعار لا تسيل البرد على ظاهر البدن واحتباس الانجم الحادة
 الصفراوية في داخله فيكون حال البدن ح كحال عند حصول الحمى الاستحيائية
 واما الجنوب مرج القوة لتحليله الروح مفتحة للمسام بازالة تكاثفها
 منور للاغلاط محرك لها الى الخارج وهو يشغل الرأس ويفسد القروح
 وينكس الامراض ويضعف القوى ويهيج الصداع بارخاء الدماغ

وامتلاء

وامتلاءه بسبب التخيرو يحدث في القروح والقرص حكا كما بتكثير الرطوبة
 واحدادها الميلها الى البورقية بسبب الحرارة وانما خص النقرس من
 اوجاع المفاصل لكون مادته في الغالب حارة من اوجاع المفاصل واما
 المشرقية في اخر الليل واول النهار فهي لطيفة وعلى العكس فكثيفة والمغربية
 ان جاءت في اخر الليل واول النهار كثيفة وعلى العكس لطيفة **الدوحة**
العاشرة في موجبات المساكن الحارة منها يسود اللون ويقلل الشعر
 بالحرارة كما يجتمع السيور ويضعف الهضم والقلب ويسرع الشيب لتحلل
 الروح والرطوبة ويلين البدن بجذب الحرارة والرطوبة الى ظاهره والمساكن
 الباردة يقوى ويشجع ويجود الهضم وان كانت رطبة كانت اهلها
 سميتين لحميين لاستيلاء الحرارة والرطوبة وغاري العروق جاني المفصل
 والمساكن الرطبة يحسن التحفة ويلين الجلد ويرخي البدن ويكثر الحمى
 الرمزية والاسهال والنزف والبواسير والقروح العفن والقلاع و
 الصرع ولا يستحسن صيفهم شديدا ولا يبرد ثناؤهم جدا والمساكن اليابسة
 بالصد واما سكان المساكن العالية اصحاء اقوياء اجلاد طويل الاعمار
 اما الاول فلصفاء الهواء وعدم احتباسه بكثرة هبوب الرياح واما
 الثاني فلوفر قواهم لقلة التحلل وجودة الهضم لبرد الهواء واما الثالث
 فلا قضاء القوة للجلادة ولان الات الحركة فيهم تكون شديدة مماثلة
 الى الصلابة لبرد الهواء واما الرابع فلوفر القوة وقلة الاشياء
 الموجبة للامراض المهلكة واما سكان المساكن الغائرة فهم يكونون

دائما في دمد وكذا في خن خفي اما الاول فلان الرياح لا يحرقها ولا يذللها
 يجتس فيها الا بحرة والادخنة وانفاس الحيوانات لكثرة انعكاس الاشعة
 ويشد للحر والاما الثاني فلان احتباس الابخرة الردية يكدر الروح كدورة
 الهواء الواصل ^{النفوس} ولتظلم لعدم سهولة انبساط الروح فان النفس تنبسط
 بالصحر والرجبة وتنقبض بضدها فلذلك يكون اهلها دائما في خون و
 ضايقة صدد وسكان الحرة المكشوفة تكون هواهم حاراشديدا في
 الصيف بارد في الشتاء لاستيلاء اليبوسة بجريتها وظلها عن التلوج
 والانداء فيشبه هواهم هوا الخريف لقبول ما يرد عليه من المسخن
 والبرد ويكون ابدانهم صلبة قوية كثيرة الشعر نائية المفاصل
 سيئة الاخلاق مستكبرون لغير الظنون باستيلاء السوداء فينجدة
 في الحروب وذكاء في الضياع بسبب صفاء حواسهم وحدة في الخلق وتغلب
 عليهم اليبوسة والسهرو سكان الجبال الناجية كسائر المواضع الباردة
 في حصر الحرارة في الباطن وقوة الهضم ووحدة الحركات وكثرة امراض
 العصر وبالجملة في اكثر احكامها احكام للسكان الشمالية والسكان
 الشمالية يكثر فيها امراض العصر واجتماع الاخلاط في الباطن و
 الرغاف لكثرة الامتلاء وقلة التحلل ولا تعرض فيها الصرع وان عرض
 كان قويا لعظم سببه ويقوى القلب ويشد حرارته ويجود الهضم
 ويطول العمر ويسرع بر القروح في ابدانهم لقوة اهلها وجودة دماهم
 ويكون اخلاقهم سبعة من القتل والبهتك والاستيحاء من الناس

ونسأوم عوامر لعدم نقاء ارحامهم ونساء الفرك لا شداد حرارة باطنهم
 وكثرة حر كانهن يلدن كثيرا وقليما يعرض لهن الاسقاط ويعسر ولادتهن
 لشدة انضمام اعضائهن بسبب البرد وعدم ما يرخي ويلين من خارج و
 يقل البائن ويعرض لضفاف النساء كزاز وسل لا تصداع ليف العصب
 وعروق الصدر ويكون مراقهن عرضة لا تصداع عند شدة العسر
 ويعرض للصبيان ارادة الماء وينزل مع الكبر لقوة الحرارة على التحليل
 ولتوفير العناية ح بالانثيين لكبر السن ويعرض للحواري انتفاخ البطن
 كالا ستسقاء المائي وقلة الرحم وتنزل مع الكبر لما ذكرناه ويعرض
 لاهلها نادرا الرمد واما اذا عرض كان شديدا لانه لم يكن عرضا لاسبب
 قوي ولان البرد يكشف ظاهر العين فيمنع تحلل مادة الرمد والمساكن
 الجنوبية احكامها احكام الحارة ورؤسهم محتلة بمواد رطبة وبطونهم
 دائمة الاختلاف لكثرة النوازل الى معدهم من رؤسهم واعضائهم ضعيفة
 وجوابهم ثقيلة وشهواتهم وهضمهم ضعيفتان بحرارة الهواء وكثرة
 الرطوبة وقروحهم عسرة لانهم لا يسترخاء الرطوبة وقلة المواد الصلبة
 لانهم لا ينزال ونسأوم كثيرة الحيض لكثرة الفضول وضعف الهضم وعسرة
 التحلل لكثرة الاسقاط لا بتلا ارحامهم وزلقها ورخاوتها ونسأوم
 ويصيب الرجال اختلاف الدم لكثرة ما ينزل من المادة الحادة الساجدة
 الى الامعاء وعروض اليواسير لهم كثيرة لكثرة الفضول النازلة الى اسفل
 ويعرض لهم الرمد الرطب السريع التحلل بحرارة الهواء والفالج لمن جاورهم

الحسنيين لا مثله رؤسهم دائما وبصيت عابثهم الربو لما ذكرناه والتمدد الامتلاء
 والصراع والحمى المختلطة الطويلة السنوية لكثرة البلغم وبقل منهم للمجبات
 للحادة لكثرة استنطادهم وتخلل اللطيف من اخلاطهم والمساكن الشرقية
 الموضوعه بجذاء المشرق صحبة الهواء لان الشمس تطلع عليهم ونصف هواهم
 لم تنصرف الشمس عنهم وقد نصف هواهم ويبس عليهم رياح لطيفة وهي الشرقية
 ترسلها الشمس اليهم ويتبعها بنفسها وتنفق حركتها الشمس والرياح والمساكن
 الغربية لا تنوافيها الشمس الحين ما ترتفع على الجبل الساتر فكانوا فيها
 تأخذنا لبعدها فلا تطفئ الشمس هواهم ولا تحففه بل تتركه رطبا غليظا
 واذا ارسلت الشمس اليها رياحا ارسلتها مغربية وليلا فكون احكامها
 احكام البلاد الرطبة الغليظة المعتدلة الحرارة وبقصر عن صحة الهواء
 الشرقية قصور كثيرا والمساكن البحرية وهي التي يكون اما في وسط
 البحر او على شطئه او بعيدا عن البحر وقربه مياه واقفة مستنقعة
 واجود هذا للجميع المسكن الكائن في الجهة لبعدها عن البحر عن العفن ودون
 الكائن على الشط لكثرة ما يندفع اليه من اقدار المدن واوساخها
 ودونه ما هو بعيد عنه وقربه بطايع مياه مستنقعة فان كان
 فان مقابل البحر جبل فهو ارجو او خصوصا ان كان للجبل شمالا والبحر
 من ناحية الجنوب كان اكثر مرداة فهذه البلاد كلها يعتدل حرها
 وبرودها فيميل الى الرطوبة لا محالة فينبغي لمن يختار المساكن ان يعرف
 تربة الارض وماءها وحال وضعها ورياحها ومجاورتها واحوال ابدان

اهلها وقوام واغذيتهم وحال بنائها في الفسحة والضيق ثم يجعل الكرى
 والابواب شرقية شمالية والعمدة على تمكين الرياح الشرقية ونعكس
 شعاع الشمس من الوصول الى كل موضع فيها لانه هو المصالح ومجاورة
 المياه الغدبة الجيدة الجارية الغمرة التي تبرد شتاء وتسخن صيفا جيدة
 واذا عرفت ونظرت الى هذه الامور اخترت المسكن الجيد فان كان وضع
 البلد على الهيئة الفاصلة فاجعل المسكن على البناء واسع الفضاء كثير
 الضياء له كوى من جهة الرياح الشرقية والغربية لا عنداتها وليحكم
 عليه الشمس في حال صعودها وهبوطها وان لم يكن وضعها على الهيئة الفاصلة
 فالواجب ان يجعل المسكن عاليا ويفتح كواه من جهة المكشوف للرياح
 ويسر على الجهة الاخرى وتزرع حوله من النباتات الصالحة ذوات الارابع
 الطيبة قال يحيى ابن خالد البرمكي دار الرجل دنياه وقال دارك فيصنعك
 فان شئت فضيق فان شئت فوسع وليكن المنزل بعيدا من البرك
 الرديئة الاسنة والمياه المتغيرة الاجنة وعن المباقل الرديئة والازبال
 والمقابر والاعفان والاعوار بين السقوف والجدران وغير ذلك
 فاعلم **الدوحة الحادي عشر** في تدبير الفصول هي خمسة الواح
اللوحة الاولى في تدبير الربيع لما علمت ان اصحاب الامتجة المعتدلة
 يصحون في زمن الربيع لمناسبة مزاجهم لا مفرجتهم وكذلك الكهول
 والمزاج الحار اليابس ولا يتضرر المبرون ولا المحرورون لانه لا يبعد
 عن مزاجهم الطبيعي كثيرا وبقل فيه الامراض لا اعتدال المزاج وصلا

حال الارواح والقوى فيه خلا الامراض الامتلاءية لتسييل حرارتها
المعتدلة ما جرد الشتاء وعجز تلك الحرارة المعتدلة عن تحليل والتجفيف
فينبغي على سبيل الاستظهار والتقدم بالحفظ المبادرة الى الفصدان
لم يمنع منه مانع لانه يكثر فيه تولد الدم كما قال جالينوس الربيع يبسط
الدم ويجعله اكثر مما كان فيحدث له غليان حتى لا يسعه العروق فيدفعه
الى بعض الاعضاء فيحدث عنه علل كثيرة ولا تخلص من امراض الربيع شئ
كالقصد اقول لاسيما اذا ظهر زيادة الاخلاط في كينياتها وكما انها فيجب
اخراجها بحسب العادة والقوة والحال وامتلاء البدن فان الدم متى غلب
يجب اخراجه بالقصد والحاجة بحسب الامتلاء والعادة والقوة ومتى
غلب غيره من الاخلاط ينبغي ان يخرج ذلك الغالب بالدواء السهل
والتي بحسب الحاجة واعلم ان القوي في الربيع انفع الاشياء لاجراجه
الخلط البلغم لان البلغم يكثر في المعدة وينواجها في الشتاء واذا ورد
الربيع يحرك ذلك البلغم بحرارته فان لم يخرج بالقوى خيث منه الامراض
الكائنة منه واعلم ان الصفراء اذا ثورت فيه ينبغي ان يخرج بالقوى
ان حصل بغير عنف واضطرب وان لم يحصل فينبغي ان يخرج بمثل النقع
للامراض المطبوخة المخرجة لها واذا ثور البلغم فيه ينبغي ان يخرج بالقوى
والاستفراغ بعد نفضه بالايارج مثل ايارج الفيقرا او اللوغازيا واجب
الاصطفيقون واذا ظهر غلبة السوداء ينبغي ان يستفزع بمثل مطبوخ
الافيتيمون وجبه وسفوف السوداء وغير ذلك من مخراجات السوداء

وجب

ويجب ان يهجر فيه كل ما يسخن ويرطب لئلا يعاون طبيعة الفصل اما المسخن
فتحرى به المواد واما المرطب فتكثر اياها وان يترك كل ما هو جار بالفعل
وبالقوة مثل الثوم والبصل والتكسود والعسل فانها يوجب حدة الاخلاط
واثارها ويترك القلي لتحسين الهضم وتقليل الرطوبة واجتناب الحركات
النفسانية والبدنية وخصوصا اذا كانتا من طينتين وينبغي ان يلبس
فيه السخا والمضربات الخفيفة لان المضربات الثقيلة يسخن البدن
ويحرك الاخلاط ويعاون الفصل واما الاغذية المستعملة في هذا الفصل
وغیره من الفصول فيسجدى ما لها في تدبير المأكول ان شاء الله تعالى **الوج**
الثاني في تدبير الصيف ينبغي لما حفظ الصحة ان ينقص فيه الغذاء
لضعف الهاضمة بسبب انتشار الحرارة ورخاوة الاعضاء ويترك الريا
حذرا من التحليل ويلزم الظل والكن والهدوء والدعة لتسكين غليان
والامن من ازدياد الحرارة ويلزم الاشياء المطفئة للحرارة من الاغذية
والاشربة واماكن الظل الندية الباردة المستقبلية لريح الشمال ويكون
حيلة التدبير فيه بما يميل الى البرودة والرطوبة بحسب زيادة حرارة
الصيف وقوة يبسه ويلبس فيه ثياب الكتان الرقاق ويصلح حر الصيف
بتحريق المياه العذبة السائلة من النغير وجريانها في مكان الجلوس و
الترويح بالروح المرشوش في موارد وخلاف وتنضيد الفواكه الباردة
الموجودة في ذلك الزمان والازهار والرياحين الباردة مثل العورد
والنيلوفر والاسر والخلاف ويكون وضع الاماكن في مهب الرياح الشمالية

الى الخارج فان حرارة الصيف مجتهد الحرارة
الباطنية الى الظاهر تكون المشايق في الصيف
المثل كما ان الضد لفر عن الضد

وينعقد شهاب الماء البارد مرة بعد مرة ويفترش ما هو بارد المزاج
 كالإدم والكتان ويكثر البخورات الموافقة كالصندل والعود والكافور
صفة بخور ينفع في تعديل الهواء ويقوى القوى ويكثر الأرواح
 ان يؤخذ صندل وعود وزعفران واطفار الطيب من كل واحد خمسة دراهم
 سكر بياض ومصطكى ثلثة ثلثة سندروس درهم آس بابون وزرور
 منزوع من كل واحد درهمين ينقع الظفر في خمر عطر او طلاء يوما وليلة ثم
 يجفف ويحصى يسير على حجر نار لينة لا يتجترق ويدق الصندل والعود
 جريشا وينقع في ماء حمام الرمان غمر ويترك فيه ناعما حتى يجف ثانية
 ثم يؤخذ قطعة سكر يحل في يسير من ماء الخلاف او ياء الورد ويرفع على
 نار لينة ويؤخذ له قوام ويلقى عليه الحواج ويجرك على النار الهادية
 حتى يخلط ويترك ويفرق بحبة مسك فانق وجبة غبر ونصف درهم
 من الكافور القنصوري ويجز ذلك ويقرص ويجفف في الهواء فاذا جف
 يتجربة فان راحته ذكية غريبة واعلم ان من التدابير المغلطة لدفع امراض
 الصيف القى فانه نافع لمن امكنه لكون المواد طافية مائلة الى فوق
 وانما قلنا لمن امكنه اذ لو كان هناك مانع كضيق الصدر او مرض من الاعالي
 يتعدى عليه القى وتديره سيجي وان شاء الله تعالى **اللوحة الثالثة**
 في تدبير الخريف ينبغي ان اراد حفظ صحته ان يهجر الحشائش فيه خصوصا عن
 الجماع فانه يقتضى اليس بحركة البدنية والنفسانية واستفراغه المنى و
 يجتنب شرب الماء البارد جدا وصحة على الاعضاء فانه يضعف الحرارة

الغريزية وبطنها مع معاونة الفصل اياه في ذلك ويجترز عن النوم في
 المكان البارد على الامتلاء اما الاول فلان البدن يقشعر منه وينفعل قواه
 وتضعف في افعالها واما الثاني فلان الحرارة الغريزية والقوى البدنية
 ضعيفتان فيه فيفسد الطعام في المعدة ويتولد منه اخلاط غليظة تملأ
 الراس بالجمرة ردية ويجتنب عن حر الظهاير وبرد الغداواة خوفا من امراض
 الحلق كالزكام والنزلة والخروج من احدي الكيفيتين المتضادتين الى الاخرى
 مغافطة فانه يغير المزاج وينهك القوى البدنية ويجترز عن اكل الفواكه التي
 تكون نضجها في الخريف لانها تكون رطبة فتولد منها الرطوبات ويجردت
 الجبال لاجل اختلاف الهواء وفساد الهضم الذي يكون من اجتماع الرطوبات
 بالخاصة من الفواكه ويجب لمن كان بدنه محتلا من الفضول ان يستعمل
 الادوية النقية المخرجة لها فان الوقت المختار للمسهل على ما حققه المحقق
 الشيخ الرئيس في القانون هو وسط الخريف لان الشتاء يبرده واخفا
 ما ينجم من الفضلات وامتاعها من التحلل يحدث امراضا بحسب اقتضا المادة
 واختلف في القى في الخريف فقال الشيخ في تدبير الفصول من القانون
 وقد منعوا من القى في الخريف لانه يجلب الحصى وقال في الفصل الرابع من
 الفن الرابع من ذلك الكتاب نقلا عن ابقراط قال ابقراط من كان
 قضيئا وسهل اجابة الى القى فالاولى في تنقيته ان يستعمل القى وان يكون
 ذلك في الصيف او خريف او ربيع اقول لا منافاة بين كلام ابقراط
 والشيخ لانه اراد به اوائل الخريف لان التدبير في اوائل تدبير الصيف

كان تدبير او اخر الخريف و اوائل الربيع بمنزلة الشتاء و اما الاغذية الموقفة
لهذا الفصل فيسبح في تدبير المأكول و ينبغي لحافظ الصحة ان يشتم الرياح
والمسك المخلوط بالكافور والصندل والقرنفل والبساسة ليعتدل و
ينبغي ان تعلم ان هذا الوقت موافق الاصحاء المزاج المعتدل فهم اصحاب المزاج
الحار الرطب و اما اصحاب المزاج البارد اليابس والكهول فان احوالهم في
هذا الوقت تكون رديئة فيجب ان يكون تدبيرهم فيه اشد من تدبير غيره من
الفصول و اما اصحاء المزاج الحار اليابس فيجب ان يزداد تدبيرهم الى الرطوبة و يكون
باعتدال الحرارة واجتناب الاعراض النفسانية كلها سوى الفرح والمسرور
واجب اما الوجوب للفرح والسرور فيه لغلبة السوءاء في هذا الفصل و هما
يعتدلان مزاجها و اما اجتناب الاعراض فلتستعين البدن وذلك يوجب
الحفاف اذا افطر و ينبغي ان تعلم ان هواء الخريف ردي حيث يولد
الامراض كاقال بقراط الامراض تكون في الخريف اشد و اقل من اكثر
الامراض سبب ذلك اختلاف هواء الخريف في اليوم الواحد مرات
واحتراق الاخلاط في الصيف في كثير الابدان فاذا جاء الخريف حقق
برده ذلك الاخلاط وردها الى قعر البدن فيحدث الامراض الرديئة لا سيما
فمن كان تدبير رديا **الروح الرابع** في تدبير الشتاء ينبغي لحافظ الصحة
ان يكثر الرياضة والغذاء بالنسبة الى سائر الفصول اما اكثر الرياضة
فلان البرد الخارجي يكشف الجلد ويبعد المسام و يغلظ الاخلاط والرياضة
القوية يرققها ويفتح المسام و يلين الجلد و اما اكثر الغذاء فان الحار الغريز

في الباطن اقوى فيكون الهضم قويا لكن الشتاء اذا كان جنوبيا ينبغي ان لا
يتجاوز في الغذاء عما هو عادته لان الاخلاط تكون شبيهة للعفونة نفسها
لجنوب و كثرة رطوبته فلوزيد الغذاء لزم الضرر من كثرة الرطوبات
للموجبة للعفونة كما وقع في جوف الشتاء في عصرنا وهو التاسع والالف
من الهجرة النبوية عليه افضل النجاة هبوب الرياح الجنوبية في شهرين مستمرة
فحدث الوباء و ظهر الطواعين والجدرى ولم يقلح لمن وقع عليه الا قليلا
و يجب ان يكون التدبير فيه لاصحاب الابدان المعتدلة ان يميلوا الى الحرارة
والبس بحسب برد الشتاء ورطوبة وان يستعمل انواع الدثار التي تقع
وصول الهواء البارد الى البدن كالسمور والمضربات الثقيلة ويصطلي
بالنار التي وقودها حطب محمود كحشب البلوط والصفراء وان يتغذى عما
هو غلظ من المعتدل بمنزلة لحم الضأن والغزال ولحوم الصيد وان يطول فيه
النوم في الاكام والمجالس الدفينة وان يدعم النخون الحارة كالعود والعنبر
وان يشتم الرياحين والازهار الحارة كالنسرين والياسمين والريحان والرز
نجوش وان يلزم نوافح المسك التتبي والعنبر الحام ووضع على الخادعذ
النوم بازاء التنفس فانهما من المشاييم الفاضلة جدا النافعة للناس
عامرة وللشيخ والمبرود خاصة وليكن جملة التدبير فيه بما عيل عن البرودة
والرطوبة الى الحرارة واليبوسة بحسب مقدار برد الشتاء ورطوبته اعلم
ان الابدان الصحيحة فلما تعرض في الشتاء لكون البرد مانعا من تغصن الاخلاط
وحركتها وهي ساكنة في الشتاء بمجودها والحرارة متوفرة قوية بهضم

الغذاء كما ينبغي في دفع فضلاته والتقدير ان البدن ان كان صحيحا فيبعد
 عروض المرض الا عن سبب قوى وخصوا اذا كان ذلك المرض جارا فانه بعد
 لمنافاة طبيعة الفصل واختلف في انه لو اريد الاستفراغ فيه لثلا يجتنق
 الفصول الكثيرة ويؤمن هيجانها في الربيع اى الاستفراغ اصح فقال ابقراط
 الاسهال دون الفصد والقي اما صلاحية الاسهال فيه فان الاختلاف مائة
 الى تحت لرسوبها وتجردها بالبرد واستفراغ المواد يجب ان يكون من الجهة
 التي هي اليها اميل واما عدم صلاحية الفصد فلشدة الاحتياج الى الدم
 في قوام البدن ومقاومته للبرد وحجب تكثيره ما امكن واما عدم صلاحية
 القي فلا نه اخرج المادة من خلاف جهة ميلها ولا شك ان قول ابقراط
 صواب لما ذكرناه فينبغي ان يقتدى به ولا يلتفت الى قول من قال ان الفصد
 اصح منهم ثم شرب المسهل في الاوقات الباردة هذا اخر تدبير الفصول
 الاربعة **الوج الخامس** في تدبير فساد الهواء الوبائي والخرز عنة
 ومعالجة الطواعين والجدرى قد علمت بما سلف في اللوحية الثامنة
 ان الوباء نفع بعرض في الهواء يشبه نفع الماء المجمع الاجن وقد علم
 في العلم الطبيعي ان كل واحد من البسائط المجردة لا نفع بل المراد بالهواء
 المتعفن هنا هو الجسم المتوث في الجو وهو جسم مخرج من الهواء الحقيقي
 ومن الاجزاء المائية البخارية ومن الاجزاء الارضية المتصاعدة مثل
 البخار والدخان ومن الاجزاء النارية الكائنة من الاشعة على سبيل
 الكون والفساد يجعلها بعض الاجزاء المتصاعدة من الارض والماء نارا

لانارة من كرة النار كاذب اليه كثير من المشايين وانما قلنا ان ذلك
 المتخرج هو اذ قلنا ان ماء البحر والبطائح ماء ولم يكن ماء صرفا بسيطا
 بل ممتزجا من هواء وارض ونار لكي الغالب فيه الماء وهذا الاطلاق انما
 هو على سبيل الاستعارة او على سبيل اطلاق اسم للجزء على الكل اعلم ان
 الجسم المتوث المتخرج القابل للعقونة ثلثة الاول ما ذهب اليه القرشي
 وهوان العقونة تحدث من الاشياء الغربية المخالطة للهواء وان لم يحدث
 للمجموع مزاج وصورة زائدة ولذلك لم يتحد باسماء اخر كالخار والدخان
 فان قيل لو كان كذلك لما كان متعفن لانه يكون مجموع الاشياء نوعية اخرى
 بها يكون قبول التعفن قلنا لا ثم انه يكون مجموع اشياء كلها بسائط المجوز
 ان يكون بعضها مركبات قابلة للتعفن وعلى هذا لا يكون هو الذي يقبل التعفن
 ولا كل واحد من بسائطه بل الاجزاء الممتزجة التي بخالطة روح لا يلزم
 ان يكون مجموع صورة زائدة مع كونه قابلا للعقونة الثاني ما ذهب اليه
 السامري وهوان متعفن هو الاشياء الغربية المخالطة للهواء بحيث
 يحصل للمجموع صورة اخرى غير ما لكل واحد من مفرداته والفساد انما يعرض
 لتصوره هذا المركب والافصور مفرداته محفوفة الثالث ما ذهب اليه
 الفاضل العلامة وهوان الشيء المتعفن هو ما اختلط بالهواء من الذرات
 البخارية المركبة من الاجزاء المائية والهوائية والنارية والذرات
 الدخانية المركبة من الاجزاء الارضية والهوائية والنارية فان هذه
 الذرات المركبة ذواج المزاج والصور النوعية بها يقبل العقونة ولعدم

يميزها من اجزاء الهواء يقال ان الهواء يعفن وهو دقيق فاعرفه واغاليه
 هذه الاشياء بناء على ان البسيط لا يعفن لذاته بل لغيره اعلم ان الوباء يحدث
 اما من اسباب سماوية فعلا منه كثرة الرجوم والشهب وخصوصا في اوائل الخريف
 واذا كثرة الجنوب والصباء اياما وكما رأيت خشورة في الهواء وضبابية
 وظننت مطرا ووجدته مغبرا يا بسا لا يعطر فمراج الشتاء فاسد ويدل
 على الوباء الصيف في الجنب الردي وقلة المطر في الربيع مع برد ثمران رأيت
 الجنوب يكثر والهواء يكثر اياما ثم تصفر قدرا سبوع ثم يحدث ومدة
 نهار وغمة وكدورة وحرارة فالوباء حاضر وان لم يكن الصيف شديد
 الحرارة وكان شديد الكدورة مغير الاشجار وسلف في الحريف شهاب
 ونيران فهو علامة الوباء واذا رأيت الهواء يتغير في اليوم الواحد مرات
 كثيرة ويصفو الهواء يوما وتطلع الشمس صافية وتكدر يوما اخر
 ويطلع في جنة برده من المغبرة فاحكم بان وباء سيحدث وان كان حدوث
 الوباء من اسباب ارضية فعلا منه كثرة الحشرات المتولدة من العفونة
 وكثرة الضفادع وهي قد تضر في الجو لكثرة العفونة المتولدة لها وهي
 الحشرات المساكنة في فعر الارض سدرة الى ظاهرها والحيوان الذي الطبع
 كاللقلق وغيره يهرب من غشته وربما ترك بيضه لاحسن العفونة واذا
 اعرف اسباب الوباء وعلامة وقوعه فاعلم ان الاحتراز منه لوجهين الاول
 انما يكون باصلاح الهواء الثاني ان يكون بالفراغ من تلك البلاد التي
 تقع الوباء فيها اعلم ان الهواء لما كان محيطا بنا لا زنا لنا لا يمكن الحيوة

الا بذلك وكان سريع القبول للفساد للطافته صار شديد التأثير
 فينا بسرعة وصوله الى القرب الذي هو مصباح البدن والرئيس المطلق
 ويتبع لك ضرره لشدة تأثيره في الابدان فوجب على المستعمل به دفع ما يوجب
 فسادا وتعديله واصلاحه قال الرازي ينبغي ان يفرض من البلاد التي تقع
 فيها الطواعين والموتان فمن لم يمكن له الفرار وكان ساكنا في بلاد وباء فيجب
 عليه عند ظهور العفونة ان يخرج الرطوبة الفضلية عن بدنه بالقصد ان
 كان الدم غالبا وبالذوات المسهل الذي من شأنه استفرغ الفضول المائية
 للعفونة بحسب الواجب العادة ويجب الاحتراز عن الحمام وكثرة الجماع وملا
 الهواء خاصة اذا كان حدوثه من اسباب سماوية والتعرض للشمس وكثرة
 الرياضة والمطبخا من الاغذية والاشربة كلها وعن الصبر على الجوع والعطش
 واستعمال الحوم المواشي المسنة لاسيما ان وقع الضعف والموت لها
 واصابها هزال ويجب الاحتراز ايضا عن اللحم الغليظة المسنة من الطيور
 كالديك المسنة والاوز والبط ونحوها وكل ما يولد كيموسا رديا وحجرا
 الفواكه والثمار والبقول الكاشنة في ذلك الوقت لاسيما السريعة الفساد
 واكثر الحماض واختلاط الناس لاسيما عيادة من وقع عليه فاني قد رأيت
 طبيا فصرنا قدم على مطعون لمعالجة فحاف عنه واصفر لونه واربع عشر
 قدماه ويدها وعدلى له المرض في ذلك المجلس وخرج عنه بالاضطراب والتكليف
 فان بعد ستة ايام من الطاعون وينبغي لحافظ الصحة ان يمال التدبير
 المحفف والمبرد كالعدس والخل والارز بماء الليمون وماء الحصرم وماء الرمان

الخامس والسماق والمخاض والابن باريس واستعمال الفرياحج والذرايحج
 والطيهوج والبقج وما شاكل ذلك مطبوخا بالخموض المذكوذة والمخلالات
 النافعة وخصوصا الكبر المحلل والبصل المحلل بالخبز واستعمال السفرجل الكثير
 والرومان المرقطيلد نافع ويلزم الدعة والسكون في المنزل العالي المرتفع فوق
 الريح ان كان الوباء من اسباب ارضية وفي المنخفض المستور ان كان من
 اسباب سماوية وتعديل الهواء بالنخور المحففة المانعة من الغش للطينية
 للريح مثل الغبر والصندل والكافور والكندر والقسط واستنشاق اللادن
 والقطران وافتراث ورق العار والاس والمخلاف ووقود القرفاء فوق
 مهب الهواء وتنفيذ الانرج والليمون والسفرجل واذا حل الحليث في ماء
 وخل وورش به المنزل وقتا بعد وقت يمنع العقوبة ويتوقع في هذه الحالة
 الهواء كيف هب خاصة الرياح السمام ويجب يوم هذا الريح ان يستعمل
 الجالس والمرقد بماء الورد والحل والماء الممزوجين فان له في ذلك خصوصية
 عجيبة على ما حققه الفاضل جالينوس وقال قد صححة التجربة وجرب الرؤساء
 من الاوائل مركبا يبلغ من هذا نفعا واشد تاثيرا وهو انه متى اخذ من
 الصبر جزء ونصف ومن الزعفران جزءان في بعض نسخ يكون اجزاؤه
 متساوية يعجن بالخل وماء الورد ويحبيب ويسقى منه في اول حدوث
 الوباء اثني عشر قيراطا وحب ترسين درهم مع اوقية خم غمزج لشاربه
 ومن يتق الله تعالى وتينزه منه فعليه خل ممزوج بماء ورد انتفع به وكان
 سببا للسلامة من عا ديته بحول الله وقدرته ومنته والدواء المخذ

من اليلد الاصفر جزان ومن الورد الاحمر ثلاثة اجزاء ومن زعفران ومصطكي
 ومزومض من كل واحد جزء صبر اسقطري عشرة اجزاء يدق الادوية
 ويعجن بالسكر ويستعمل نصف درهم نافع باذن الله تعالى الشيوخ ومما
 يخلص عنه بمشية الله تعالى استعمال الترياق والمثروود يطوس قبله مع سائر
 التدابير الصائبة والمفرج الياقوت البارد اول المعتدل نافع وذكر ان باب
 الخواص ان التقلد والنخم بالياقوت الاحمر او الباد زهر مما يمنع الطاعون
 بالخاصية اعلم ان الواجب على الصبيان والذين ابدانهم خصبة وامرحتهم
 حارة رطبتهم ان يحترزوا غاية الاحتراز من الهواء الوباء بخلاف غيرهم
 من الامرجة والاستئذان فان حدث الوباء بهم وكان الزمان قيظا وتزايد بهم العطش
 فليشربوا الماء المشح او المبرد في البثروان شربهم بسويق المفسول والسكر
 كان اوفق بهم ويمنعون من شرب الماء الظاهر على وجه الارض وماء الشفير بالسكر
 كثير الموافقة وخاصة الامرجة الحارة اليابسة ومما انتفع به الوباء من الاشربة
 والربوب شراب السكنجيين يؤخذ بالماء البارد والماء البارد مع الربوب
 للامضة كرب الحصر او رب الرمان المزورب السفرجل ويعطى للجرور المزاج فيما
 ذكرناه شي ومن قرص الكافور ويشتمون النيلوفر المطيب بماء الورد مذابا
 فيه شيرة كافور ويجرون بالعود والغبر والصندل والورد والميعة
 عند طلوع الشمس وانتصافها وغروبها ويجب الاحتراز من استنشاق ما يغير
 الهواء من الشوائب الرديئة كالغبار والدخان والجيفة والاربال والمياه
 الراكدة والمباقل الرديئة كالكرات والجرجير والاشجار الخبيثة كالخرزوع

والشوخط ومع ذلك كله لا يترك استعمال المفرحات من خارج وداخل فمن
استعد للوباء بمثل هذا التدبير يمكن ان يأس من غائلته بمشيئة الله تعالى
والنوك على الله للحفيظ كما نطق القرآن المجيد ومن يتوكل على الله فهو حسبه
واذا عرفت تدبير فساد الهواد والخمر عنه فلنشرع في كيفية حدوث
الطواعين ومعالجتها اعلم ان في ايام الوباء قد يعرض ورم حار الاربية
وخلفا لاذنين والاباط من مادة سمية يفسد العضو ويغير ما يليه
ويؤدي كيفية السمية الى القلب من طريق الشرايين فيحدث الخفقان
والغشي وهو في اكثر الامور قاله الشيخ في القانون كان اقدم القدماء
باسم ما ترجمته بالعربية الطاعون كل يوم ورم يكون في الاعضاء الغدنية
اللحم والحالبه اما الحساسة مثل اللحم الغددي الذي في الفم والندى واصل
النساء واما الذي لا حسن له مثل اللحم الغددي الذي في الابط والاربية ونحوها
فمقل من بعد ذلك لما كان مع ذلك ورم حار اثم قبل لما كان مع ذلك
ورما حار اثم قبل لكل ورم قتال لاستحالة مادته الى جوهر سمى يفسد
العضو ويغير لون ما يليه ورم حار شحم ورم حار صديد ويؤدي كيفية ردية
الى القلب من طريق الشرايين فيحدث القيء والخفقان والغشي واذا اشتد امره
قتل وهذا الاخر فيشبه ان يكون الاوائل كانوا يشمون قوما ظاهرا ومن الواجب
ان يكون مثل هذا الورم القتال يعرض في اكثر الامور في الاعضاء الضعيفة
مثل الابط والاربية وخلف الاذن ويكون ارداها ما يعرض في الابطا و
خلف الاذن لقربها من القلب وهو اشد رباية واسلم الطواعين ما

هو احمر ثم الاصفر والذي الى السواد لا يفلت منه احد والطواعين يكثر في
الوباء والبلادر الوبائية واذا حلت ببلدة عمت اهلها وادى بيتا صابت واحدا
فيه عمت اهلها قال القرشي حكى صديق قد سافر الى بلاد الحبشة ان اكثر
اهلها يموت بالطاعون واذا حدث يشاهد اهلها عسكرا قد نزل بهم بالطبول
والسيوف والخرايب والبيارق وغيرها ومن شاهد ذلك العسكرا رأى شقه
احدهم بسهم او جربة او غير ذلك فيحدث الطاعون في الموضع الذي اصابه
بذلك وان الذي اصيب يسمع بكلامهم ويشاهد حركاتهم اقول لا يبعد ان
يكون ذلك المرض ان يلزم اول حدوثه فساد الخيال حتى يشاهد ويتخيل
ما حكى عنهم اعلم ان الطاعون اذا حدث يجب ان يعالج اما الاستفراغ بالغصد
وبما يحتمل الوقت او يوجبه ما يخرج المظط العفن فهو واجب ثم يجب ان يقبل
على القلب بالحفظ والتقوية بما فيه تبريد وعطرية مثل حامض الانرج و
الليمون او بوب التفاح والسفرجل ومثل الرمان الحامض وشحم مثل الورد و
الصندل والكافور كما ذكره الشيخ في القانون في علاج الطاعون واما
السم فندى فقد ندى الغصد في علاج الطاعون قال ولا ينبغي ان يغصد
في هذه العلة كالا يغصد للمسرع لئلا ينتشر السم في جميع البدن اقول
ان الحق ما قاله الشيخ الرئيس اما قول السم فندى فخالف لاصولهم لان
الطاعون عند المحققين ورم حادث من سوء مزاج مادي كل سوء مزاج
مادي انما يمكن علاجه باستفراغ مادته فهذه قاعدة كلية محققة في
الكليات وليس لقائل ان يقول ان الطاعون لا يقاس الى سائر الاورام

لان في مادة سمية وسبب انتشار السم قد يكون بالغصد فترك الغصد
فيه واجبا لنقول ان الطبيعة شافية للا مراض باذن الله تعالى الطبيعة
تهب المادة الموجبة له الى موضع الغصد فخرجت به المادة ولا تنتشر باذن الله
سبحا ونقول ايضا ان الفرق بين السم والسمي على كون المنسوب غير المنسوب اليه
فيكون قياس للملح في القياس مخالف فاذا عرفت هذا فاعلم ان غذاء المطعون
ينبغي ان يكون مثل العدس بالخل ومثل المصون الحامض جدا وما اتخذ من
لحم الطاهي والجدا ويجب ان يكل ما دى العليل بالجد الكثير وورق
الحامض والبنسج والورد واليندوفر ونحوه ويجعل على القلب طليقة مبردة
مقوية بما يعرف من ادوية اصحاب الخفقان الحار واصحاب الوباء ولما الطاهون
نفسه فيعالج بالبدن بما يقبض ويبرد باسفنجة مغموسة في ماء وخل اوفي
دمن الورد او رهن التفاح او شجرة المصطكى اود هات الاس هذا في الابتداء
او يعالج بالشرط ان امكن ويسيل ما فيه ولا يترك ان يجرد اذ حجه
وان احتيج الى الحجة بان يمس بالطفل فعمل وما كان خراجي الجوهر فجب
ان يشتغل عند انتهائه او مقاربته لانه يسهل بالتفريح واذا كان هناك
حتى فتان بالتبريد لثلاث ايام الى خلف والتفريح يكون بمثل لنطل
بماء البابونج والشبث وسائر المقيحات اللطيفة التي يذكر في ابوالخيرات
قالوا واما قوم اطام وميفيلوس فينفعها ضماد بريساوشان والشرمو
والبلال واصل الخطي مع قليل اشق وعسل بالشر او ذبق مع رايتنج
وقيروطي او وسنج كور النخل وترمس ينقع في خل او اصل قنار الحمار مع

علائق البطم او نظروا مع تين او خمر انتهى كلام الشيخ نقلته بعبارة
يتمناه وتبركا هذا اخر ما حققناه من ماهية الطواعين واسبابها وعلاماتها
ومعالجاتها وما كان للحجج الوهابية حادثة من عقوبة الهواء لزم ان يتبين
هنا ماهية الحجج الوهابية واسبابها وعلاماتها ومعالجاتها فنقول قد علمت
ما تقدم من ان القوى الفعالة السماوية والقوى المنفعلة اوجبت
ترطبا شديدا للهواء برفع البخار وادخنة الى الهواء وتغضنه بجمرة
ضعيفة وصار الهواء بهذه المنزلة حمل على القلب فاستخرج الروح
الذي فيه وعفن بما يحويه من الرطوبة وحد حرارة خارجة عن الطبع
وانتشرت في سبيلها في البدن فكانت حمى وبائية للمستعدين وهم الابدان
المتملئة اخلاط اربعة النقية منها كما علمت لا يكاد ينفع من ذلك البدن
الذي كان مستوا وسعا مزاجه كثير الرطوبة وكثير الاستحمام والجوع خاصة
وعلاوة هذه الحجج ان يكون هادئة الظاهر مكربة الباطن ويكون معها
حراقة واشتعال قوي ومعه عظم النفس علوة وتواتره وضيقه وثقله
وشدة عطش وجفوف لسان وقد يكون مع غثيان او سقوط قوة مع شهوة
فان لم يقاومها الاكل اهلكته ورجع فزاد وعظم طحال وكر شديد وعمل
وربما كان معها سعال وسقوط قوة وغشي واختلاط عقل وغدد مادون
النسرا سيفد يكون به سر واسترخاء البدن وفور وربما عرض معها
بشر اشقر او احمر وربما كان سريع الظهور سريع البطون ويحدث فلاع
وقروح ويكون النبض في الاكثر متواترا صغيرا مختلفا غير منتظم وشديد

في الاكثر ليلا وربما حدث بهم حالة كالاستسقاء وبخلاف المراد وغيره
ويكون برازة لنا سحما غير طبيعي وربما كان سودا وبيا واكثره يكون زبدا
متنا وفيه شيء من جنس ما يذوب ويكون بوله مائيا او مربيا سودا وبيا
وكثيرا ما يتقيأ السوداء واما الصفراء فاكثرت ذلك ويعرفون عرفا
متنا وهذه الحمى تنبئ من الاعراض المذكورة وبقوتها ويؤثر امر
الى الغشي وبرد الاطراف وليثر عس والتشنج والكزاز وقد يكون من
هذه الحمى الوبائية ما لا يشع منها العليل ولا الحاس الغريب ليكثر حرارة
ولا يتغير النبض والماء كثير وتغير مع ذلك فانها يكون مهلكة بسرعة
يد هشا الاطباء من امرها واكثر من تنبئ نفسه من هولاء يموت تكون
العقوبة مستحكمة في القلب فاعرفت علاماتها فاعلم ان من جملة علاجهم
التجفيف وذلك بالغصدة الاسهال ومحب ان يبادر فيها الى الاستفراغ
فان كانت المادة دموية فصد وان كانت اخلاط اخرى استفروا ويجب
ان يبرد بيوتهم ويصلح هويتها بالفواكه والراحين الباردة واطراف
والازهار الباردة واللحاح والنضوما المنخقة والفواكه الباردة الراجحة
واستشمام الكافور وماء الورد والصندل ويرش بيته كل يوم مرارا
وخصوا بماء الورد والحلاق والنيلوفر وان كان في البيت رشاشا
ونضاجا للماء فهو اجد واما اصلاح الهواء فقد علم مما ذكر في التحرز
ويستعمل فيهم اقراص الكافور والريوب الباردة وماء الراش المتروك
الزبد وماء ورد اضعف فيه بصل حامض طيب والخل بالماء ايضا

والماء

والماء البارد والكثير المضروب رفقة نافع جدا واما القليل المتتابع فزجما
هيج حرارة فان نمادى الامر الى ان يتبدد الشرا سيف وتبرد الاطراف ويطول
السهر والاختلاط ويرى الصدر وما يرتفع عليه يرتفع وينزل فلا بد من
استعمال الدثار والملاذب للحرارة الى خارج واما سقطت الشهوة اجبروا
على الاكل فان اكثر من تشجيع على ذلك وباكل قرا يقبل ويعيش فلا بد من
اجبارهم على الغذاء ويجب ان يكون اعديتهم من الخوامض والمجفقا ويكون
قليلة المقدار فان كثرا غديتهم يكون ردية فيضر بكمربها من حيث الرداءة
ويضر ايضا من حيث الامتلاء واما اصلاح الهواء فقد يكون بعضها
بحسب الاصحاء وبعضها بحسب الاصحاء والمرضى اما الذي بحسب الاصحاء فنكون
الغرض فيه ان يحفف الهواء ونظيف وينفع عفونته باي شيء كان فيصلح
العود اللام والعنبر والكندر والمسك والفسطاط والبقة والسندروس
والخلخيت وعرق القرنفل والمصطكي وعلك البطم والادرن والعسل
والزعفران والمسك والسرور والعنبر والاشنة والفار والسعد والاذخر
والابهل والوج والشابابك والورز المرو الاسارون وقد يتخذ من هذه
مركبات ويرش بالخلخيت والخل واما بحسب الاصحاء والمرضى فالتبخير بالصندل
والكافور وقشور الرمان والاس والتفاح والسفرجل والابنوس و
الساج والطرفاء والريباس ويجب ان يكون التبخير بذلك هذا الخلل
الخامس من الدوحة الحادية عشر وبديتم الكلام في روضة الثانية **الروضة**
الثالثة فيما يؤكل ويشرب وما يتعلق بهما من تدبيرها وهذه **الروضة**

فما يؤكل ويشرب

منقسمة الى اربعين حديقة **الدرجة الاولى** فيما يرد على البدن اعلم ان ما يرد
على البدن اما ان يؤثر بكيفية فقط بان يسخن البدن او يبرده من غير
ان يشبه به بل يؤثر ذلك التأثير وحقيقته باقية كالغريون والافيون
وهو الدواء المطلق او بمادية فقط بان تخلع مادته صورته وتلبس صورة
العضو كالحنبر النقي واللحم الحوي من الضئان وهو الغذاء المطلق او بصورته
النوعية الخاصة به بالحاصلة له من المزاج فقط وذلك اما ان يحفظ
صحة الروح ويقويه على دفع الفساد كالغذاء زهر او ان يفسد مزاجه
ويخالف الحرارة الغريزية والحيوة كالسم وهو ذو الخاصية او بمادته
كيفية معا بان يحصل منه دم نقي يقبل صورة عضوية بمادته كاللحم
والحنبر ويسخن البدن او يبرده بكيفية كالسكر والفساد وهو الغذاء
الدوائي ان غلبت غذائته على دوائته والدواء الغذائي ان غلبت
دوائته على غذائته بتقديم على ما هو الاغلب على الاضعف وكيفية
وصورته بان يسخن البدن بكيفية ويسهل الاخلط بخاصيته التي
تصدر عن صورته النوعية كالسقمونيا والتريد والشتا وهو الدواء
الذي له خاصية او بمادته وصورته بان يحصل منه دم يقبل صورة
العضو بمادته ويفرح القلب بخاصيته التي تصدر عن صورته النوعية
كالنفاح والسفرجل وهو الغذاء الذي له خاصية او بمادته وكيفية
وصورته بان يحصل منه دم يقبل صورة العضو بمادته ويسخن
البدن بكيفية ويفرح القلب بخاصيته التي تصدر عن صورته

النوعية كالنفاح والراح ووجه الحصر من هذا القسم ان المؤثر في
البدن مادة وصورة وكيفية وتأثيره فيه اما ان يكون باعتبار واحد
منها وهو ثلاثة اقسام او باثنين منها وهو ايضا ثلاثة اقسام او بالجميع
وهو واحد اعلم ان الاطباء قد حصروا مراتب الكيفية في الادوية على اربع
درجات وذلك ان الدواء منه ما لا يظهر فعله من اول وهلة بل بعد
تكرره والزيادة في مقداره فهذا في الدرجة الاولى وان يظهر فعله
من اول وهلة ظهورا بينا لكنه غير محجف بالبدن ولا مضربه كثيرا فلهذا
فهذا في الدرجة الثانية فان احجف بالبدن واضربه ولم يؤديه الى الفساد
فهو في الدرجة الثالثة فان ادى الى الفساد فهو في الدرجة الرابعة فلما
كانت الابدان دائمة التحلل بما فيها من الحرارة الغريزية من داخل ومن
حرارة الهواء المحيط بها من خارج احتاجت الى ما يخلف مكان ما يتحلل
منها فظهرت لذلك الى الاطعمة والاشربة وجعلت فيها قوة الشهوة ليعلم
بها وقت الحاجة اليها ومقدار ما يتناول منها والنوع الذي يحتاج اليه
ولانه لا يخلف والشيء الذي يتحلل منها لا يقوم مقامه الا شيء مثله
وليس يوجد في الاطعمة والاشربة شيء مثل ما يتحلل من البدن احتيج
الى ان يكون الاطعمة والاشربة ان يستعمل في البدن ليقوم مقام الذي
يتحلل ويصير في مكانه وليس يستطيع القوة التي تحلل الطعام والشراب
في بدن الانسان بان تحلل الحماشاكل البدن وقاربه وليس جميع أجزاء
الشيء الذي يؤكل ويشرب بمشاكله البدن فلذلك الابدان يبقى من

مطلب شريف كيفيات الدرج

الطعام والشراب في الابدان فضول محتاج ان ينفي عن الابدان ويخرج
 منها وكان الطعام والشراب اذا ورد المعدة فعلت فيه فعلها صار جزء
 منه الى الكبد وصار الباقي براز ينفي عن البدن فكذلك سائر الالات
 التي في البدن والمواضع التي يصير الغذاء اليها وان كان هذا هكذا
 فلا بد ان اراد حفظ الصحة من بقصد تدبير الغذاء لوجهين احدهما
 ان يدخل على البدن بالاعذية الموافقة خلفا بما يتحلل منه والاخر ان
 ينفي عنه ما يتولد فيه من فضل الاعذية ويجب ان يعرف اختلاف طباع
 من الابدان وحالاتها لتعلم موافقة كل شيء من الاطعمة لكل صنف
 من الناس وذلك لاختلاف طباع الاعذية ولتذكر الان اختلاف
 الاعذية ان شاء الله تعالى **الحريقة الثانية** في اختلاف طباع الاعذية
 وهذه الحريقة تنقسم الى تسعة وعشرين منظر **المنظر الاول** في الاعذية
 اللطيفة وهي ثلاثة اصناف الاول ما يولد دما لطيفا ويقال له لطيف
 لان الدم المتولد منها اذا خالط الذي في البدن صار لكل الطلف
 وارق مما كان كلبا بخبز الخنطة الجيدة المعسولة ولم الفرايج و
 الدراج والطير هوج واللجل وما اشبه ذلك واجفحة الطيور وما
 لان لحم من صفار السمك ولم يكن الزوجة والقرع والماش وما
 اشبه ذلك وهذا الجنس من الاطعمة نافع لمن لم تكن له حركة وكانت
 الحرارة الغريزية في بدنه ضعيفة ولم يأمن ان يتولد في بدنه كيموس
 غليظ ويتولد في كبده او طحال او سدا وفي كلاه او في صدره او في

دماغه او شيء من مفاصله علة من البلغم ومن الاعذية اللطيفة جنس
 اخر يلطف ما يلقي من الشيء الغليظ بما فيه من الحدة والحرافة وهو في نفسه
 غليظ مولد للكيموس الغليظ كالبصل والخبز والفجل والشليم وما اشبه
 ذلك وهذا الصنف من الاطعمة متى طبخ او شوي هيب عنه
 قوة الحرافة والتقطيع وبقي حرمة غليظا رديا وقد يمكن ان تنال المنفعة
 من تقطيع مثل هذه الاطعمة وتلطيفها ويسلم من غلظ جرمها لاحد
 ثلاثة اوجه اما ان يطبخ مع ما فيه الغلظ فتلطفه كالذي يفعل
 بالبصل واما بان يعصر او يطبخ ويستعمل ماؤها وهكذا يفعل بالفجل
 واما بان يؤكل شيء منها نيا ليقطع البلغم ثم يتقيأ به كما يفعل بالفجل
 وغيره ومن الاعذية اللطيفة جنس ثالث وهو الذي يتولد منه
 خلط لطيف ويلطف ما يلقي في البدن من الكيموس الغليظ اللزج
 وفي هذا الجنس من الاطعمة اللطيفة اربعة اصناف الصنف الاول
 غلب حلو يلطف بما فيه من الجلاء كما الشعير والبطيخ والبن اليابس
 والجوز والفسقوس والعسل وما يعمل منه من الناطف وهذا الصنف
 قريب في منفعته من الجنس الاول من اللطيفة الا انه ابلغ منه في
 تلطيف اخلاط البدن والصنف الثاني حار حريف مقطع كالحزول
 والخرف والثوم والكراث والكرفس والجرجير والصعتر والتنعنع
 والفوتنج والرازيانج والسذاب والشيت والكمون والكروبا والكبر
 والشراب الاصفر الصافي اللطيف الغنيق الحاد وهذا الصنف نافع لمن

احتاج الى ما يفتح سد الكبد والطحال والصدر والدماغ ويقطع
 البلغم ويرققه ولا ينبغي لاحدان يكثر استعمالها لانها يرقق الدم ولا
 يصيره مائيا فيقل لذلك غذاء البدن ويضعف ثم انه من بعد
 ذلك يسخن الدم سخونة مفرطة فيصير اكثره مرة صفراء ثم انها
 من بعد ذلك ايضا اذا تمادى المستعمل لها في استعماله حل لطيف
 الدم ويترك غليظه وتجل عليه في التحفيف والتقليظ فيصير اكثره
 مرة سوداء وربما تولدت من ذلك حجارة في الكلى ومضرة هذا
 الصنف اشد على من كانت الصفراء غالبية عليه والصنف الثالث
 مذيبل لطيف كالسلق والمرى والسبك الذي لان الحدة وقل شحمه انا
 ملح وماء الجبن وكل ما جعل فيه من الاطعمة البورق او الملح او المرى
 ومنافع هذا الصنف ومضارة قريبة من منافع الاشياء الخفيفة
 ومضارها لكن هذا الصنف يبلغ من تليين الطبيعة وتنقية المعدة
 والامعاء الصنف الرابع مقطع ملطف مخوضته كالحل والسليجيين
 وحامض الاترج وماء الرمان الحامض وكل ما يعمل فيه من الاطعمة
 بالمخوضته وهذا الصنف نافع للمحوررين الذين كانت معدتهم سائرا
 جسد حار اذا تولد فيهم بلغم من غلظ الاطعمة واكثرها اعلم
 ان الاشياء الخفيفة كالفتوخ والصعتر والخرزل ونحوها اذا استعملت
 ينبغي ان يكون رطبة لانها اذا جفت خرجت عن جملة اللطافات
 واوراق البقول وبزورها اذا كانت خفيفة ورايجتها حادة ملطفة

والشعير وحده ونخزه لبراذ ابل وضلل والحيوان الذي يراض كثيرا ويغنى
 غذاء يابس ويسنشق هواء صافيا والسبك الرضاضى الصغير الرخص اللحم
 والسبك الذى فيه غلظ يسير اذا استعمل بالحل والمليح والباريز والغسل
 كلها ملطفات تصلح في التدبير اللطيف والتين اليابس والجوز والفسق
 ونحوها ملطفة والسكنجيين الغصلى يبلغ الاشياء في التلطيف **المنظر**
الثاني في الاغذية الغليظة اعلم ان الاغذية الغليظة ان صادفت بدنا حار
 اكثر النع قبل الطعام وكثير النوم بعده انخفضت وغدت البدن تغذية
 كثيرة وقوة تقوية بالغة ووقت استعمالها ينبغي ان يكون في الشتاء
 لتوفير الحرارة في باطن البدن وطول النوم ومنى كلها احدى كانت الحرارة
 في باطن البدن او المعدة قليلة او كان تعبته ونوم قليل ولم يستحكم انفسها
 تولد منها كيموس غليظ خام يحدث السدد في الكبد والطحال ومن اكل منها
 من غير حاجة لغلبة الشهوة يلزم عليها ان يقللها ولا بد منها واغذى الاطعمة
 الغليظة ما فيه لزوجة وهذا الصنف اكثر تولد للسدد من غيرها واذا علمت
 احكامها في البدن فاعلم ان الاغذية الغليظة هي التي تغلبها اليبس والصلابة
 او اللزوجة وقد يجمع هذه كلها في غذاء واحد وربما كانت هذه الكيفيات
 من طبيعتها او واحدة من الضقة كالطحخ والشتى فالحم البقر والبيض والابل
 والكوش والامعاء غليظة لصلابتها الطبيعية واما الكبود والكلى وما
 اشد طنجته من البيض المسلوق والمشوى واللبن الحامض واللبن الكثير
 الطبخ والكربن والتلج المطبوخ كل هذه غليظة لاحداث الحرارة لها يابس

او نقاد او اما العدس ولحم الارنب والبلوط والناه بلوط والعنب اليابس
والبان بجان والكاه والبقلاء المفلوق كلها غليظة ليس طبعها واما اخبز
الفرن فان ظاهره غليظ لما احترق له النار ليس وباطنه غليظ ايضا لزوجة
وكل اخبز لم ينعم عجنه وتخميره او انضاجه واخبز المعول بالدهن او اللبن والفطر
خاصة ان كان مع دهن والسمسم والتمر فكلها غليظة للزوجة وانقاده الجاذبين
من الطبخ واما السمك الصلب للزج فانه غليظ لاجتماع الحالين واما الجبن
فانه غليظ لاجتماع الحالات الثلاث فيه واما اطراف العضل والاكارع و
الشفاء فقد يتولد منها كيموس لزج غليظ واما الفواكه قبل نضجها فقد
يتولد بالعرض كيموسا غليظا لضعف حرارة البدن عن هضمها وتلطيفها
وكذلك الخبار والقناد يتولدان كيموسا غليظا **النظر الثالث**
في الاغذية المتوسطة بين اللطيفة والغليظة وهي اما الحبوب كالخبز الذي
احكمت صنعه واما من اللحوم كحم الدراج والدجاج والجرى والحولية
من الماعز واما اللحم الحلال والضأن فترطب جدا واما فراغ الحام والعصا
فيولدان وما استحق من الدم المعتدل وليس يصلح شئ من هذه
في تدبير المعتدل والبيض النمرت معتدل خاصة اذا ابقى في الماء
الحار واخذ قبل ان يشد واما فراح الوارثين والقطا فيولدان ما
اقل واغلا من الدم المعتدل واما اجنحة الاوز معتدل وساثر بدنه
كثير الفضول وكما اكثر حركته من الطير وكان مرعا في موضع
جيد صافي الهواء جاف كان غذائه اجود والطف وكل سمك ليس

بصل اللحم ولا يشديما للزوجة ولا اله زهومة وكان طيب اللحم وكان مرعا
في ماء نقي من الاوساخ والحماة فهو معتدل جيد الغذاء واما الفواكه فالتين
والعنب الباقان على الشجر واما من البقول فالضياء والخس والنفيع اعلم ان
من كان بدنه صحيحا معتدلا لم يكن نقيه كثيرا ولم يحتاج الى قوة البطش
فاجود الاغذية له المتوسطة بين اللطيفة والغليظة لانها لا تنهك البدن
ولا تضعفه كالاغذية اللطيفة ولا يولد حاما وسدا كالاغذية الغليظة
النظر الرابع في الاغذية الحادة والاحتياج اليها اعلم ان المبرود
يحتاج الى اغذية حارة خاصة في الشتاء وفي البلاد الباردة واما المحرور
فينبغي ان يجتنب من الاغذية الحارة خاصة في الصيف وفي البلاد الحارة والاعذية
الحارة الحنطة المطبوخة والخبز المتخذ من الحنطة والحبس والحلبة والتمر و
الزبيب واللوز والعسل والبقول الحريفة كالكرفس والجرجير والفجل والمرد و
الحرف ولحم الضأن والجوز والثوم والبصل والكرات والجبن القتيق واللحم
كلها حارة على مراتبها **النظر الخامس** في الاغذية الباردة والاحتياج اليها ينبغي للمحروران
يستعمل الاغذية الباردة خاصة في الارمان الحارة والبلاد الحارة ويجب
للمبرود ان يجتنب عنها لئلا يستما في الشتاء والبلاد الباردة والاعذية الباردة
هي الشعير وما يتخذ منه والدخن والجاورس والقرع والبطيخ والخيار و
القثاء والاباص والخوخ والجيز وما ياتي الخوخية والعضوصة من العنب
والزبيب والطلع والبلح والخس والهندباء والبقلة الحقاء والخشخاش
وما انقاح والريمان والكمثرى وما كان منها عسفا فهو بارد غليظ وما

وما كان منها حلوا فهو بارد لطيف واما الحلق فانه بارد لطيف ضار للعصب
المنظر السادس في الاغذية اليابسة والاحتياج اليها محتاج الى الاغذية
اليابسة من كان الغالب على بدنه الرطوبة وحصولها في الاوقات والبلدان
للرطوبة مثل البلد البحري خاصة ما كان منه جنوبيا وشماله مسدودا و
حجب الاحتراز من كان يابس المزاج لا سيما في الخريف والبلاد اليابسة
والاغذية اليابسة هي العدس والكرب والسويق الجاني وكل ما يطبخ
وكل ما يقلى وكل ما اكثر فيه من السداب والمرق والخل والابارين والخرجل
ولحوم المسنة من جميع الحيوان **المنظر السابع** في الاغذية الرطبة
يحتاج الى الاغذية الرطبة من كان مزاجه يابسا لا سيما في الخريف والبلاد
اليابسة والاحتراز عنها لمن كان مزاجه رطبا واجب والاغذية الرطبة
ماء الشعير والقرع والبطيخ والخيار والقثاء والجوز الرطب والعنب
والتين والاباحص والخس والتوت والخيار والبقلة اليمانية والقطف
والباقي والحصى واللوبياء الرطبان وكل ما يطبخ ويسلق ويقلى فيه من
الابارين والخل والمرق ولحوم الصغار من كل حيوان **المنظر الثامن**
في الاغذية السريعة الانهضام اعلم ان الاغذية السريعة الانهضام
انما يكون لاحد وجهين احدها طبيعة الاغذية اذا لم يكن يابسة
كحبس العدس ولا صلبة كالترمس ولا لزجة جدا كالخضرة والخشنة
جدا كالذخن والجاورس ولا دسمة كالسمسم ولا يهية كالشراب
العفص ولا كثيرة الفضول كالحم الاوز ولا غلب عليها برد شديد

كاللبن الحامض ولا حر شديد كالعسل وثانيها طبيعة المستمر لها وذلك
لاحد وجهين احدهما الموافقة للاغذية ومشاكلتها المزاج البدن الطبيعي
كالاطعمة التي يشتهيها ويلتذ بها كل واحد من الناس وقد تجد الناس
مختلفين في شهواتهم ويستمرى كل واحد منهم ما شهوته اليه اميل اكثر
مما لا يشتهي ومع هذا ان الذي لا يشتهي اجود من الذي يشتهي وثانيها
لمزاج عارض للبدن كمن غلب عليه الحرارة من العسل ما يصادف من الطعام
المضاد له كالاطعمة الباردة اشدا استمر لما تطفئ من حرارة البدن و
نقله ولم يستمرى الحرارة ومن غلب عليه البرد استمرى الحرارة ولم يستمرى
الباردة ومن رطب بدنه كله معدته استمرى الاضعة الجافة ولم يستمرى
الرطوبة ومن عرض له اليبس فجاء في ذلك فقد بان مما ذكرنا ان الاغذية
اللطيفة والمتوسطة في انفسها سريعة الانهضام وقد يجوز ان يكون
الاغذية الغليظة اسرع انهضاما في بعض الابدان مما ذكرناه آنفا فبين
من ذلك الخنزير المحكم الصنعة ولحوم الدجاج والفراخ والبساج والمجمل
وكبد الاوز المسمن واجتختما سريعة الانهضام من سائر بدنه وجناح
السمين الفتي من كل ما ثرا اسرع انهضاما من لحوم المواشي وكل ما كان
من الحيوان يابسا فصفيره اسرع انهضاما من كبيره وكذلك لحم العجل
اسرع انهضاما من لحم البقر ولحم الجدي الحولى اسرع انهضاما من لحم
المسن من الماعز وكل ما كان من الحيوان رطبا فكيبره من قبله ان يشد
اسرع انهضاما من الخروف ولحم كل حيوان في النشور والنمو اسرع

انضماما مما قد شاخ وعثق وصرعاه في المواضع الجافة اسرع انضماما
 مما رعاها في المواضع الرطبة لقلة الفضول فيما رعاها في المواضع الجافة
 وكثرتها فيما رعاها في المواضع الرطبة وكل ما كان جرمه متخللا فهو اسرع
 انضماما مما كان جرمه ملتزا ولذلك صار الجوز اسرع انضماما
 من البندق والبيض الذي لم يجد من البيض الجامد وكل ما لان وسهل
 مضغه فهو اسهل انضماما من كل ما صلب ومضغه ولذلك صار الهندباء
 والخس والفرع اسرع انضماما من الكرفس والفجل والطرخون والذين
 الطيبا من غير اللذيق الكريه فلذلك صار الشراب الحلو امرا من
 الشراب العفن **المنظر التاسع** فيما عسر انضمامه اعلم ان ما عسر انضمامه
 فانما يعسر اما طبيعته اذا كان يابس او صلبا او الرجا او ملتزا او كثير اللحم
 او كثير الفضول او كريه الطعم او كان مفرد الحرارة او البرودة واما الحما
 للمراج الطبيعي اذا لم يشته واما الموافقة لعرض داخل البدن وزيادة
 فيه فلم يبق اللحم الا يابيل والامعاء والافئدة والاذان من جميع الحيوان
 والخبث والبيض المشد عسر الانضمام ليبسها ولا يبتها وكذلك من
 طير الموارشين والفواخت والطواويس والقوانقي من جميع
 الطيور ومن الخبث الارز والترمس والعدس والجاورس والشاه
 بلوط واما الحور النين وكبير الماعز فلما ذكرنا لزومته وكراهته واما
 الضئان والكبود من جميع الحيوان والاوز فعسر الانضمام لكثرة الفضول
 فيها واما اللبن الحامض فليبروده واما الحنطة المسلوقة للزوجتها

وتلرزها

وتلرزها واما الباقلاء واللوبياء فكثرة التفح فيها واما السمسم فكثرة
 دهنه واما العنب والتين وسائر الفواكه اذا لم يستحم بنفثها وشحم
 الانرج والبادروج والسيلج والخز وبقول كلها واصولها والشراب
 الغليظ الحديث فكثرة الفضول فيها واللباء والبيض المطجن والمياه
 الغليظة الثقيلة **المنظر العاشر** في الاغذية الكثيرة الفضول
 لحم الازم اخلا الاجنحة والاحشاء كلها في كل حيوان والدماع وطير
 البحار والاجام ولحم الطير والمباقل الطري ولحم الضأن ولحم
 الرضيع من كل حيوان ولحم كل ساكن وما كان من السمك في الماء الواسع
 او في الحما كلها كثيرة الفضول **المنظر الحادي عشر** في الاغذية
 التي لا فضول لها اجنحة الطير وكارع المواشي ورقابها وما يرعى من الحيوان
 في البر وفي المواضع الجافة **المنظر الثاني عشر** في الاغذية الكثيرة
 الغذاء كل ما غلظ من الاطعمة اذا انضمت غذاء كثيرا وكل غذاء قليل
 الفضول فانه كثير الغذاء كحم البقر والادمغة والمخ والافئدة وحواصل
 الطير كلها والسمك الغليظ الصلب للرج اللحم والسميد والبلاء قلاء العدس
 والبلوط والشاه بلوط فكلها نغذ وغذاء كثير الغلظة واما اجنحة الدجاج
 وخبز السميد والزبيب الممتلئ الحلو واللبن الحليب والشراب فتغذي غذاء
 كثيرا لقلة الفضل فيها وكثرة ملائمتها للبدن واغذى اللبن اغلظه
 وراقه اقل غذاء واغلظ اللبن لبن البقر ولبن النعاج وارقه لبن الابل
 واللقاح ولبن الماعز متوسط فيما بين ذلك واغذى الاشربة الشراب

الاحمر الغليظ الحلو وبعده الغليظ الاسود الحلو والغليظ الابيض الحلو وبعده
الاحمر الغليظ العفن وبعده الاشربة الرقيقة وفي هذه ايضا كلما مال الى الحمر
والخلاوة كان اغذى واقلها غذاء الابيض الرقيق **النظر الثالث عشر**
في الاغذية القليلة الغذاء كلما كان من الاغذية لطيفا فهو قليل الغذاء و
كلما افسط عليه اليبس والرطوبة او كثرت فضوله قل غذاؤه والكروث والاذنا
ولحم الظبي والارنب ولحم الطير كله وما شاخ من الحيوان كل ذلك قليل الغذاء
ليبوسها وكذلك الجاوس والدخن والخشخاش والزيتون والفسق
ولجوز واللوز والبندق والغير او الرزور والحرنوب والرنيب
العفس والكمثرى العفس كل هذه اقل غذاء ليبسها واما السمك والفرع
والنوت والاباص والشمش فقليلة الغذاء لكثرة رطوبتها وغداؤها
غير باق بسرعة عطلها واما خبز الشعير وخبز الخشخاش والباقلاء الرطيب
وجميع البقول اعنى الكرنب والسلق والحماض وبقلة الحمقاء والفجل
والخرزل والحرف والجوز فجميعها قليل الغذاء لكثرة الفضل فيها واما
البصل والثوم والكراث فانها اكلت تبتة لم تغذفان بل تحت مرارا
غدت غذاء يسيرا لما ذكرنا واما لباب الخبز المنسول والنشاستج فغداؤه
قليل لطافتها واما التين والعنب فانها اقل غذاؤه وكثر غذاؤه وغداؤه
فما غذاء رزور طب وكذلك غذاء الباقلاء وكل ما كان من الاطعمة طعم
غلب عليه شديدة فاذهب عنه بالطبخ وبالشتي او بالانقاع غذاء يسيرا
النظر الرابع عشر في الاغذية الحادة الكيموس كل ما كان معتدلا

من الاغذية لم يفرط فيه قوة ولا تجاوزت القدر الذي ولد وما خالصا نقي
صحيحا وكل ما كان كذلك فهو موافق لجميع الابدان وفي جميع الاوقات المعتدلة
او فوق لان ما تجاوزت الاعتدال من الابدان يحتاج الى اغذية فيها قوة تجاوزت
الاعتدال بخلاف القوة الغالبة على البدن المعتد بها وكذلك ايضا الابدان
المعتدلة في الاوقات التي ليست بمعتدلة وفي الاغذية المعتدلة ما هو غليظ و
منها ما هو لطيف ومنها ما هو بين ذلك واجودها لجميع الناس وخاصة
للمعتدلين المزاج وفي الاوقات المعتدلة ما كان معتدلا فيما بين اللطيف والغليظ
وصفنا انقا الاطعمة الغليظة واللطيفة والمتوسطة فبقى ان نبين جملة
الاطعمة المولدة للكيموس الجيد فنقول ان خبز الخنطة النقي المحكم الصنعة اذا
اكل في يوم ولحم الدجاج والجدا وحولية الماعز وما كان من السمك ليس يصيب
ولا كثير الزوجة ولم يكن له زهومة ولا كراهة ولا سمن كثير وكان مرعا فيما ليست
فيه اوساخ وحماة ولا غذاء ردي ولم يكن سريع العفونة بل يبقى زمانا طويلا
قبل ان يتغير وكل ما لم يشد ويستحكم الفقان من البيض وكل شراب طيب الريح
ياقوت اللون مع حلاوة يسيرة كل ذلك جيد الكيموس معتدلا فيما بين اللطافة
والغلظة واما خبز السميد المحكم الصنعة والطيب والدرج واجنحة جميع
الطير وما صغر من السمك على ما وصفنا انقا وكشك الشعير والشراب
الطيب الريح والاصفر منه كل ذلك جيد الكيموس لطيف واما اللبن الحبيب
فانه الكيموس الا ان فيه غلظا ولذلك ربما جبن في المعدة فلهذه العلة
يخلط به العسل والماء فيرق بالماء واجود اللبن واعده لبن الماعز لكونه

الطف من لبن الضأن والبقر واغلف من لبن الاتن والقاح وجب ان يؤخذ
 اللبن من حيوان صحيح سمين شاب جيداء الغداء ولا يكون اخذه في وقت
 يضع الحيوان ولا بعد ذلك بزمان طويل لان لبن الحيوان كله في وقت ما يضع
 غليظ ويرق بعد ذلك قليلا قليلا حتى يصير مائيا واجود ما يؤخذ اللبن
 ساعة ما يحلب قبل ان يغيره الهواء لانه سريع الاستحالة واما اللبأ واللبن
 الرطب وكل ما لم يحكم صنعة من خبز السميد وخبز القرن ولحم العجل ومن
 اجزاء الغنم مثل الكبد والفؤاد من الجنوب الباقلاء ومن الاشربة ما كان
 طيبا الرائحة حلو فكل ذلك يولد كيموسا جيدا غليظا **المنظر الخامس عشر**
 في الاغذية الردية الكيموس كل ما لم يكن معتدلا من الاغذية لم يولد دما
 خالصا نقيما صافيا والاعذية الردية الكيموس ثلاثة اصناف منها ما يزيد البلغم
 ومنها ما يزيد الصفراء ومنها ما يزيد السوداء وينبغي لجميع الناس ان يجتنبوا
 الاكثار منها وادمان استعمالها وان كانوا مستمرين لانها وان لم تبين
 لها ضرر في عاجل الامر فانه يجمع في بدن من ادم استعمالها في طول الزمان
 كيموس ردي يتولد منه امراض ردية واولى الناس للجنب عن تلك
 الاغذية من كان على بدنه خلط غالب وتلك الاغذية تزيد لذلك الخلط
 الغالب من تناول ما خالف الغالب على بدنه كان ضرره اقل فالخبز المتخذ
 من دقيق كثير الخالة وماعتق من الخنطة والدقيق ولحم النيس والبقر
 والجزور والارنب والايلا من اعضاء الحيوان الطحال كلها ردي الكيموس
 يولد السوداء ولحم الضأن كله يولد البلغم وشر اللحم الجزور

بعد لحم النيس وخاصة ما لم يخص وبعد لحم المسن من الضأن وبعد لحم
 المسن من البقر وكل ما خصي من هذه كان اجود غداء واما لحم الارنب والظبا
 والايايل فهو دون جميع ما ذكرنا في الزدانة ومن اعضاء الحيوان الكلى الردية
 الكيموس لزهومتها التي اكتست من رداءة البول والدماغ يولد البلغم
 وجل البطون يولد البلغم لكثرة الفضول فيها والبيض المطبخ يولد غداء
 غليظا فاسدا وكذلك الجبن وخاصة ما عتق منه والفطير يولد كيموسا
 باردا غليظا والحلبة والحمص ردي الكيموس لما فيها من الحرارة والعدس
 يولد السوداء والدخن والماورس يولدان دما غليظا وما صلب لحم من
 السمك وغلبت عليه الزوجة يولد البلغم فان ملح وعتق ولد السوداء
 والتين اليابس ان قل او اكثر من اكله ولد فضولا غفنا يكثر منه القمل
 والكمثرى والتفاح ان اكلا غير نضجين ولد كيموسا باردا وكذلك القشأ
 والخيار فاما البطيخ والقرع فربما انهضما فلم يحدثا في البدن حادثا رديا
 فربما فسدا في المعدة فولد كيموسا رديا وخاصة ان صاد فاني المعدة فضلا
 رديا فلذلك نعرض الهيضة كثيرا عن اكل البطيخ والشمش والبقول كلها
 ردية الكيموس لكونها كثيرة الفضل قليلة الغداء واما البصل والثوم
 والكرات والفجل والخردل والشليم فردائتها لما فيها من الحرارة والحراقة
 وربما زادت في الصفراء وربما زادت في السوداء كما ذكرنا انفا الا انها ان
 طبخت وصبت ماؤها وطبخت بماء ثا ن ذهبت الحراقة والرداءة فيها **المنظر السادس**
 يسخن الدم وتجففه تحفيفا شديدا والكرب يولد السوداء وكذلك جميع

بقول البرية **النظر السادس عشر** في الاغذية التي تولد كيموسا ^{سطا}
 بين الحرارة والبرودة والجودة والرداء فخير الحشكار ولحم الخسيان من
 الماغرو الضئان ومن الاعضاء اللسان والامعاء ومن الفواكه العنب
 النضيج وخاصة المعلق والتين النضيج الرطب واليابس مع الجوز والناء
 بلوط ومن البقول الحنظل وبعده الهندباء وبعده الخيار ثم القطف والبقلة
 الخمقاء والبقلة اليمانية والحماض والمالم يكن فيه حدة كثيرة من الاصول
النظر السابع عشر في الاغذية النافعة للمعدة اعلم ان الاشياء
 القابضة يقوى المعدة فيجب استعمالها اذا كانت المعدة ضعيفة مسترخية
 كالسعرجل وزيتون الماء خاصة ما عمل منه بالخل والزبيب العفص وقشر
 الاترج اذا اخذ منه اليسير قوى المعدة فمن اخذ منه الكثير اتخم لان جرمه
 صلب يطغى الانهضام والعنب المدقوق في ثقل العصير والبشر والشرب
 الطيب الراجحة العفص وكل طعام وشرب قابض ان قدم قبل سائر
 الاطعمة والاشربة امسك البطن وان اخذ بعد سائر الاطعمة والاشربة
 اسهل البطن بتصلبيه واعانتها اياها على دفع الطعام وقد يقوى
 المعدة اشياء غير قابضة اذا اجتمع في المعدة بلغم لزج فلهذا وابطال
 الشهوة فيصلحها من الاغذية ما يقطع البلغم ويجلو المعدة كالخرزل و
 الفجل والخرف والشرب الحاد والجوز مع التين وربما كانت مسترخية
 ضعيفة من البلغم فيحتاج الى ما يقطع البلغم وينقيها ويقبض جرمها
 من الاغذية كالكمبر المعمول بالخل وحن او بالخل والبصل والشرب

العفص اذا خلط بالشرب الطيب الراجحة الحاد ومتى تولدت في المعدة مرة
 فالكثوث ينفضها **النظر الثامن عشر** في الاغذية المضارة للمعدة السلق
 ردى للمعدة للذعة اياها بما فيه من الحدة والبورقية والبادروج والسليم
 اذا لم يستقص في طبخها اضرت بالمعدة للذغ الذي فيها والبقلة اليمانية
 والقطف المزوجتها فلذلك ينبغي ان يؤكل بالخل والمرق والخلبة ردية
 للمعدة للزوجتها وكثرة دهنيها واللبن بسرعة استطالته لانه يحص
 في المعدة الباردة ويستحيل الى الصفراء في المعدة الحارة والعسل متى
 اكثر منه لدغ المعدة وبغثي والبطنح ايضا يغثي واذا لم ينضج في المعدة
 تولد منه كيموسا ردى ولذلك يولد الصبغة فينبغي بعد اكله ان يؤكل
 بالصعتر والفودنج البري والخرزل والملح وكذلك ايضا الانخاخ والشرب
 الحديث والغليظ والاسود العفص يسرع الى الخوض في المعدة وبغثي
النظر التاسع عشر في الاغذية المصدعة للبن والتمور كلها و
 العنب الذي يدق في ثقل العصير والجرجير والخلبة والشهدانج والشرب
 الاصفر العفص والشبث والكرفس والكراث والثوم والخرزل و
 البصل والعدس والباقلاء والسبك المشوي في التنور والفجل والبأ
 بخان كلها يصنع قال ابن زهر في خواصه ان في فراخ الحمام خاصية
 في احداث اوجاع الدماغ المعروفة بالشقيقة وخاصة اعناقها و
 رؤسها اكلها **النظر العشرون** في الاغذية النافعة للحص والباقلاء
 وخاصة ان طبخ صحيحا وان طبخ مقشرا او مسحوقا كان اقل نفعا وان

قلى ايضا قلت نفخته واللوبياء والماش والعدس والشعير اذا لم يجاد
 طنجها والنفخ والابجدان والحلتيت والبن الرطب يولد نفخا
 الا ان نفخته يتحلل سريعا بسرعة اخذاره وما استحكم نفجه من اللبن
 والعنب كان اقل نفخا واليابس من اللبن ليس له نفخ والرطب نافخ و
 اللبن يولد في المعدة رباحا والعسل اذا لم يطبخ فاذا طبخت وترعت
 رغوته لم ينفخ والشراب الحلو وما كانت فيه حلاوة وعفوصة من العصير
المنظر الحادي والعشرون فيما يقل به نفخ الاطعمة كل طعام نافخ فان
 احكام صنفته واحكام طبخه ونفجه مما ينقص من نفخته وما يقل
 ايضا يقل نفقه وما يخلط به الا بارين المحللة للرياح كالكثير والانيسون
 والكاشم والسذاب يقل نفقه والمخل المزوج بالعسل ايضا يلطف
 الرياح ويذهب النفخ **المنظر الثاني والعشرون** في الاغذية التي
 يجلو ويلطف ويفتح السدد ماء كشك الشعير يجلو والملبة والبطيخ
 والزبيب الجلو والباقي والمخض والاسود منه خاصة ينقي الكلى وينت
 الحصة المتولدة فيها والكبر بالخل والعسل وخصوا اذا اكل قبل الطعام
 فان جميعها يجلو وينقي المعدة والامعاء ويفتح السدد والسلق ايضا
 يجلو ويفتح سد الكبد وخاصة ان اكل بالخرزل والبصل والثوم والكراث
 والفجل يقطع ويلطف الكيموس الغليظ وماء اللبن ايضا يلطف
 والبن رطبه ويابسها يجلو وينقي الكلى واللوز وخاصة منه المر
 يجلو ويلطف ويفتح سدد الكبد والطحال ويعين على نفث الرطوبة

من الصدر والرية والفتق يقوى الكبد ويفتح سددها وعسل الخل
 يلطف ويجلو وخاصة ما تنقطه الخل من شجر نبت حار يابس كالصعتر
 وما اشبهه وماء العسل يلطف ويقطع الرطوبة الغليظة الرزجة ويفتح
 سدد الكبد والطحال وينقي الصدر والرية والشراب اللطيف ينقي العروق
 من الكيموس الغليظ والعتيق اذا كانت فيه حدة وحرارة انتفع به
 من كان في بدنه كيموس غليظ بارد والشراب الرقيق المائي فانه تعين
 على النفث من الردية بنقوية الاعضاء وتلطيف لما فيها من الفضل
 الغليظ وقد يفعل ذلك الشراب الحلو **المنظر الثالث والعشرون**
 في الاغذية المسدرة اللبن اذا كانت مائية قليلة واللبنية فيه كثيرة
 ربما حدث سدد في الكبد وسجارة في الكلى وخصوا اذا اكثر استعماله
 ومن كانت كلاه وكبد مسددة لقبول الافه وجميع الاطعمة الحلو
 ردية للكبد والطحال وخصوا اذا كان فيهما غلظ واما اللبن فان اكله
 زاد في غلظ الكبد والطحال وان اكل مع ما يجلو ويلطف كالقوتنج الجبل
 والصعتر والفلفل يفتح سدد الكبد والطحال والتمر والرطب وجميع ما
 يتخذ من الخنطة سوى الخبز المحكم الصنعة والاشربة الحلوة يولد سدد
 الكبد والمجارة في الكلى ويغلظ الطحال **المنظر الرابع والعشرون**
 في الاغذية البطيئة الاخذار كل ما يتخذ من لباب الخنطة والباقي للقلو
 العدس والادمغة والكبود والافثدة وكل ما اشتد من البيض المسلوق
 والمشوى والبيض المقلو واللوبياء والسمسم والبلوط والتفاح والكمثرى

العفص والشراب الحلو والعفص والحديث الغليظ والغليظ من المياه
كلها غليظة بطيئة الاخذار **المنظر الخامس والعشرون**
في الاغذية السريعة الفساد المشتمل والتوت والبطيخ والقرع ان لم
يسرع الاخذار عن المعدة وصادفت فيها كموسا رديا اسرع اليها
الفساد فتجب لذلك ان يؤكل قبل الطعام وعلى نقاء المعدة ليسرع
الاخذار عنها ويسهل الطريق لما يؤكل بعدها فتى اكلت بعد الطعام
فسدت لبقائها في المعدة وافسد سائر الطعام بفسادها وربما
بلغ بها الفساد ان يصير بمنزلة السم القاتل **المنظر السادس**
والعشرون في الاغذية التي لا تفسد سريعا من كان يفسد الطعام
في معدته فاجود الاطعمة له ما كان صلبا بطيئا الاستحالة كالحلح
والاكارع وخاصة كارع البقر وما شبه ذلك **المنظر السابع**
والعشرون في الاغذية اللينة للبطن متى كان فضل الطعام بطيئا
الاخذار عن المعدة والامعاء احتيج الى استعمال الاطعمة اللينة
المسهلة وهي ما كان فيه جلاء او وحدة او ملوحة او لزوجة او حلاوة
فمن ذلك ماء العدس والكرب يلينان وجرهما بمسك البطن وشر
الديونا العتيقة وخبز الحشكار وماء الحلبة مع العسل وزيتون الماء
اذا اكل قبل الطعام مع المري لين البطن وان اكل ايضا بعد الطعام
بلامري وخاصة العفص منه وما عمل الخل يقوى المعدة على دفع الطعام
لما ذكرنا انقاي الاشياء القابضة القوية للمعدة وما روي من اللبن

وكثر

وكثر ماؤه وماء اللبن وخاصة اذا ملح او خلط به العسل ولحم الصغير
من الحيوان والسلق والقطف والبقلة البامية والقرع والبطيخ
والتين والزبيب والتوت والجوز الرطب واليابس اذا انقع او طبخ
بالماء والابحاص الرطب واليابس اذا انقع او طبخ بماء العسل واكل و
شرب بعد شرب خلوا وانتظروا الطعام حتى يلين البطن او ماء العسل
والشراب فربما جريا سريعا الى العروق وانقذا معها جل الفداجيسا
البطن وادرا البول وربما بقي في المعدة فبلذتها يهيجان المعدة
الى دفع الطعام ويسهلان البطن والعسل اذا لم يطبخ لين البطن
فاذا طبخ لم يلينه وكذلك ماء العسل ان اكل اكثر طبخه والسكجيين
يجلو المعدة والامعاء وربما احدث في الامعاء سحجا والشراب الحلو
والعصير يلينان البطن **المنظر الثامن والعشرون** في الاغذية
المسكة للبطن اذا كان الطعام ينحدر عن المعدة من قبل انفضاض
احتجنا الى استعمال الاطعمة المسكة الحابسة وهي ما غلب عليه من الاطعمة
اليابس والعفوضة والغلظ والسفرجل والكثير وحبال الاس وثمر
العوسج وجورم العدس والبلوط والناه بلوط والشراب العفص
بمسك البطن بعفوصتها وقبضها والاوزن الابيض والجاورس والذئ
وسويق الشعير بمسك البطن ييبسها ولحم الارنب والكرب المطبوخ
بعد صب ماؤه الاول عنه وطبخه بماء ثانياً واللبن المطبوخ واللبن
تمسك البطن بغلظها وينبغي ان يطبخ اللبن حتى تنفي ما فيه التي تليين

البطن وقد يمكن ان يلقى فيه حصى او قطع حديد محمأة فاذا ذهبت عنه
 المائية نفع من يجدد في المعدة والامعاء من فضل حاد الا انه يغلف
 جدا اذا فعل به ذلك اذا فعل به ذلك فربما يجد وتجبن في الحدة فربما
 ينفذ عن المعدة وتولد سدا في الكبد وحجارة في الكلى فيجب لذلك ان
 يلقى عليه بعد ان نفى مائية ماء ليرققه ولا يتجبن ولا يحدث سدا ولا
 حجارة واما الاشياء الخامضة كماء التفاح الخامض والريمان الخامض
 فان صادفت في المعدة كيموسا مريدا غليظا فطعته وحدرته فليئت
 البطن فان صادفتها كيموسا نقيًا امسكت البطن **المنظر التاسع**
والعشرون في الاغذية النافعة للبواسير كل اغذية تسرع انفضاضها
 وتجور غذاؤها من اللحم وصفرة البيض والاسفيد بابا الدسمة
 والزير بابا وماء الخوص بالشيخ الغدب ينفعهم والادر والرمانة بابا
 الرزبيب وادها نهم دهن الجوز ودهن النارجيل ودهن الجوز ودهن
 نوى الشمس والشحوم الفاضلة والجهة من صفرة البيض ومن
 الكراث وقليل الفت ومراقها والكراث نافع لهم اكله بخاصة فيه
 فيطبخ ويؤكل مقل بشيرج والرزيق مع اللوز نقل جيد لهم **الحديقة**
الثالثة في الاغذية التي يجب الاقتصاد عليها في حفظ الصحة لما
 عرفت اختلاف الاغذية وانواعها فاعلم ان حفظ الصحة من اهم
 الامور وحضوا في عصرنا لان الطبيب الحاذق الذي يوثق بتدبيره
 للامراض وتشخيصها متعذر بل مقصود وقد علم ان الطبيب عبارة عن

من تكاملت

عن من تكاملت فيه الفضائل كلها التي هي العلم التعليم والطبيعي والا
 لها وصناعة الطب والمنطق وصلاح الاعمال ومحاسن الاخلاق والافعال
 وانه من كان كاملا في الطب فاقصا في واحد منها فهو بعد متطبيب لا طبيب
 ومن لم يتكامل فيه صناعة الطب فهو متعلم لم يبلغ بعد الى ان يسمى ^{للمنطبيب}
 واذا كان هذا هكذا فمن سمي نفسه الطبيب وما تكاملت فيه صناعة
 الطب فهو كذاب احق واذا عرفت معنى الطبيب ينبغي لنا حفظ الصحة
 ان لم يوجد الطبيب ان البدن لا بد له من غذاء البدن اما الاخلاق
 البدل اوله وللتنمية وغداؤه ينبغي ان يكون مما يغلب عليه الحرارة
 والرطوبة ليكون شبيهها به بالطبع موافقا له في افضل كيفيتين
 وينبغي ان يحترز عما لا يناسبه الا اذا اريد التخليط فانه يقصد
 اليه احيانا للنفع كما ورد في الحديث اثنان لا يصحان الصحيح المحتق
 والمريض المخلط وقد قال بقراط للحية المفرطة تفك البدن ونهله
 وقال جالينوس ان التخليط في الصحة احيانا كالحمية في المرض فمن
 اراد حفظ صحته يجب عليه ان يقتصر من الاغذية على الخبز المتخذ
 من الحنطة المنقاة عن الشوائب الرديئة كالشيلم وغيره وعلى اللحم
 الحلو من الضأن والشيء الحلو الملامم المزاج وافضل الاغذية خبز
 الحنطة المعتدل الخبز المحكم الصنعة عجنًا وخبزًا في الفرن او التور
 والتورى له مزية على الفرن واذا طبخ بشي من المصطكي والانيسون
 يكون كاملا وليكن معتدل الملح وقد عجن وخبز في يومه ولا يؤكل

حتى يبرد فان سخونة الخبز تغير حرارة المعدة فيفسد هضمه ولذلك
كره الطبيب ابن زهر اكل الخبز مستحنا كما كرهه بايتا بعد يوم وقال قد
ذهب اسنان الخبز باعتدال مزاجه من حيث انه خبزي ولم ياخذ في
التغير واذا تغير عسر هضمه وولد خلطا غليظا وليكن الخنطة ايضا
من زرع صحيح لم يصيبه افة ويكون نابتا بارض حرة سالم من
العفن والتسوس واعلم ان لب الخنطة اغذى من الخنطة وهي ابطأ
اخذارا ونفودا ودوال نخالة اقل غذاء الا انه حقف سريع الانهضام
قال الفاضل جالينوس السميد وهو لب الخنطة يولد خلطا غليظا
ويسد مجاري الغذاء من الكبد ويجشوب الطحال الضعيف والفطر
ثقل الغذاء مولد البلم وافضل اللحم لحم الجدا والعجل كما اشار اليه
حكم الطب وفيلسوفه جالينوس حيث قال يجب على من كان له عناية
بمحافظة صحته ان يقتدى لا بما يولد في بدنه وما محمودا فلا يعدل عن لحم
الجداء والعجل الى لحوم غيرها من المواشى كما قال على ان جمهور الناس
يتناولون لحم الضأن اذ هو المألوف الكثير الوجود عندهم فليعلم
ان لحم الفتى من الضأن فاضل جدا وخاصة الذكر ان منها لا سيما
المأخوذ من المشرح ولحم الشارف منها ينبغي اجتنابه فان الفاضل
جالينوس يزعم انه اوردى من لحم البقر واما لحم المولوف منها في البيت
ينحو الباقلاء وحب القطن والنخالة والنواء فردى لكثرة الفضلات
وقلة التحلل لعدم حركته ورياضته ولحم الخصى انعم من لحم الفجل

واحمد كيموسا والد وارطب واما النعاج فلمها غير محمودة لقلة الحرارة
وكثرة الفضلات وافضل اللحم ما اعتدل في السمن واوقها للانسان
هو الذي في يوم ذبح فيه الحيوان بحيث يكون صحيحا في بدنه سالما
من سقمه ومثل هذا من الحيوان يكون لحمه جيدا كيموسا سريع التفتة
يقبل الطبيعة عليه وبهضمه وينفذ الى جهة الاعضاء بسرعة و
المريض من المواشى والطائر ينبغي ان يحذر اكل لحمه لانه كثير الفضول
ردتها ولا يقبل النفس عليه فلا تهضم الطبيعة ويفسد وافضل اعضاء
المواشى وسط العضل ولحم المقدم والملاء صوب العظم كالكتف والفص
والاضلاع والجانب الايمن افضل من الايسر ومن اللحم الفاضلة لحم
الدجاج فانه فاضل جدا والاعتدال به مما يعدل المزاج وافضل الدجاج
ماله بيض وافضل الديك مالم يصفق لتوفر حرارتها الفريزية
وحصى الديك محمودة الغذاء سريعة الهضم رائحة في المنى ولتكذب قبل
ذبحها وليجتنب ما استكمل السننان منها فانها لا يقبل نفجا البتة
لان لدونها يرون عنها ويصير عسبا وغشيا وينبغي عند تنظيفها
ان يمسح رؤسها واعناقها فقد زعموا ان ادغتها يزيد في جوهر
والعقل والافضل من الفرائج مالم يسفد المر بها حتى خضن امهاتها
ومن الاغذية الفاضلة البيض النمبرشت لاسيما صفرة واجوده
الطري الذي في يوم بيضه المأخوذ من بيض الدجاج الفتية لاسيما
ان كانت اسود المنغذية علفا محمودا وليكن عن نسا فدهر يتلوه بيض

الدراج وافضل الحلاوى ما كانت ملائمة للزجاج المتخذة من السكر
 الابيض وانما قلنا الملائمة للزجاج لانها تختلف باختلاف الامزجة والاحوال
 والازمان والاماكن فاوقفها المتخذ من السكر والفسق حسب ذلك
 المتخذة من السكر بغير نشاء وان جعل الارز المطحون مكان النشاء كان
 اجود ومثل الفالودج المعمول بالفسق وقليل اللوز المطيب بالمسك
 وماء الورد المحكم العقد والصنعة ونحو ذلك واعلم ان الحلاوى است
 مطلقا مضرة للانسان مولدة للشدة مبثرة للفم لا سيما اذا عقيبت بشرب
 الماء البارد واذا اخذت فليكن عند اخذ الغذاء في الهضم فتطيب النفس
 وتعين على نعمة انهضامه وما كان منها بنشاء او دقيق فغير محمود فانه يحد
 الشدد وربما تولد عنها امراض ردية بعيدة الانقياد للعلاج كالاستسقاء
 اعلم ان اللبن الخلب قريب الى الاعتدال وغذاؤه جيد لحافظي الصحة قد انطبخ
 طبخا ثانيا فلا يتعب القوة في اعادته الى مكان عليه وهو من الاغذية الموفرة
 المستمنة للبشر النافعة للمشايخ قال ابن رشد اللبن نافع للمشايخ الذي
 ليست عروقهم ضيقة وهو فهم اقل استجمالة من غيرهم وفي المعدة الحارة
 يقبل الاستجمالة للصفرء ومن شأنه انه يفصل الاحتشاء من الفضول
 بغير لدغ واذا اطلق فيه الجديد المحمي السالم من الصداء كان اكثر تقوية
 للاعضاء الباطنة وخاصة المعدة وجبس الاسهال وخير الانواع
 بعد لبن النساء لبن المعز ثم لبن البقرة ثم لبن الضأن وهذه الانواع
 هي المألوفة عندنا وليختار منها البان الماشية الفتية السالمة

الصحيحة الرابعة من خشافات جيدة القرية العهد بالتاج ولبن الضأن
 غليظ كذلك الباء والطبخ بصل اللبن الغليظ ويزيل ما فيه من اغذ النفخ
 واذا وضع فيه ملح او شئ من النفع منع عن التيبس في المعدة واذا استعمل
 بالعسل او السكر اصله واللبن يزيد البارد وخاصة لبن البقرة اذا اخذ سخنا
 بحرارة الغريزية ولم يلمسه هواء وينبغي ان لا يعقب اللبن بغذاء اخر
 ولا بالنوم حتى يجدر عن المعدة ولا يشرب عليه الماء بسرعة واللبن ردي
 لاصحاب الصداع وظلة البصر لمن يحدث منه نفخ فيما دون الشراب
 وقد زعموا ان الاكثر منه يولد القمل قال جالينوس في المقالة الخامسة
 من حفظ الصحة اني رايت شخا عاش اكثر من مائة سنة في القرية وكانت
 اكثر غذائه لبن ما عرف بما كان يتناوله كما يجب بعد ان يفت فيه خبزا
 وربما خلط به ايضا عسلا وربما كان يطبخه ويلقى فيه من عيدان الخاشا
 مع خبزو ثأكله وعرف رجل حال ذلك الشيخ ويقبل على هذا الفعل لانه ظن
 عمره انما طال باكل اللبن فكان يستعمله فكان يضره على احوال كلها باق
 اتخذ ذلك انه كان يتقل على فم معدة ويعرض له بمعد ذلك تمدد في
 الجانب الايمن فيما دون الشراب سيف واعرف رجلا اخر التمس ان يستعمل
 اللبن على هذا المثال فاستعمله فلم يكن ينكر شيئا وذلك انه كان يستمر به
 على ما ينبغي ولم يكن يعرض منه جثاء حامض ولا دغاني ولا نفخة ولا نقل
 فيما دون الشراب سيف الا انه في اليوم السابع من اخذه له جعل يشكو انه
 يحسن حسا بينا في كبده نقل وكان يقول انه يحسن فيما دون الشراب سيف

في الجانب الايمن كان حجر موضوع في ذلك الموضع يجذب ما فوقه الى اسفل
 فانه يجذب الجذب متصلا الى الترقوة فمن البين ان الذي عرض لهذا اللبن
 سدة في الكبد والذي عرض لذلك نفخة واعرف رجلا كان يأخذ اللبن
 مدة طويلة فولد عليه حصاة في الكلى واخراد منه فافسد عليه اسنانه
 كلها الا ان هذا شيء قد عرض لكثير غير هؤلاء ممن ادمن اكل اللبن فانا
 طويلا وقد رأينا قوما اخرين كانوا يأكلون اللبن فلم يكن يضرهم بل كانوا
 ينفعون به منفعة عظيمة وقوما اخرين كانوا يدمنون فعاشوا اكثر
 من مائة سنة وذلك انه متى كانت كيفية ليست بمضادة لطبيعة
 المستعمل له وكانت مجازي الاحشاء سليمة لسعة الالات كان هؤلاء
 ينالهم ما في اللبن من المنافع ولا يعرض لهم مكروه هذا اخر ما قاله الجليلين
 نقلته تبركا ويتمنا بلفظه ومن الاغذية الجيدة الزبد والسمن اذا كانا
 طريين وان اضيف اليهما شيء من السكر او العسل اصلحها ومنع سرعة
 استعمالها الى النسيان واذا اخلط الزبد والسمن بطعام كالارز والاطباق
 المطبوخين باللبن حسنا لطيب قويا فان خشى من استحالته اعقب بشراب
 السكجيين او ليمون ومهر عليه من رمانة حامضة والجبن الطري لا بأس
 به اذا كان قليل الملح والعتيق منه يهزل البدن لاسيما المالح واللبن الخافض
 منه للشهوة اعلم ان السمك من اغذية المحرورين واجوده الرضاض
 الصغير الخشن الرء مرعاه الخشف وماواه العنق من الماء واجود ما اكل السمك
 مشويا او زيرياجا واصح ما شوى عليه جمر يتخذ من الحطب الجيد او سطح

الفرز ولا بأس بشيه في التنور ويجتنب منه ما اصيد من الاجام والمياه
 الراكدة ذات الحشايش الرديئة والمفرط السمن والكبير الجثة من السمك
 غير محمود الغذاء ولا يؤكل السمك مع الطعام ولا يعقب رياضة عنيفة
 ولا يستحم بعد اكله بماء بارد وينبغي ان يصلح بان يعقب باخذ الرنجيل
 المريح لمن لم يأخذ الخبز واما من اخذ الخبز فينبغي ان يعقبه به وقد قيل
 في حق السمك ان من اكل السمك الطري وشرب عليه شرابا فقد احيا
 نفسه وامات السمك ومن شرب عليه الماء فقد امات نفسه واجي
 السمك واما من حرم نفسه ما حرم الله تعالى شره فينبغي ان
 يشرب الانبذة التي يقوم مقامه ما امكن في تقوية الحرارة الغريبة
 والمعدة وتجويد الهضم وتسخين البدن وتحليل البلغم وغير ذلك
 من المنافع المذكورة في الریحاني وسيجي صفة الانبذة عند ذكرنا
 في تدبير الشراب واذا عرفت هذا فاعلم ان الواجب على حافظ الصحة
 ان لا يلتفت الى غير المذكور من الاغذية كالبقول والفواكه فانها لا تغذي
 البدن شيئا كثيرا لا يجاها كيفية زائدة يخرج البدن بها عن اعتداله
 ويصير سببا لاجتماع اخلاط وفضول رديئة مناسبة لامرجهما
 ولان اللطيفة منها محرقة للدم والفليضة مبلغة مثقلة للبدن
 واشبه الفواكه بالغذاء الحقيقي التين والعنب الخلو النضج جدا وذلك
 فضلها جالينوس على سائر الفواكه حيث قالها سيد الفواكه واجود
 التين الابيض الكبير الحب البالغ الحلاوة الذي يقطف ويترك ليلة

واحدة هي يذبل وهو حار في الثانية برطب في الاول يحسب لبدن
 ويسمن الاكباد وينقي الصدر والرئة ويجلو المشانة والكلى ويدفع
 الفضلة من الباطن الى الظاهر ولذلك يولد القمل ويزيد في الباء ^{ويذهب}
 بخمر النمل كان من جهة المعدة وفي الحديث عن النبي صلى الله عليه وسلم
 لو قلت ان فاكهة نزلت من الجنة لقلت التين لان كل فاكهة الجنة بلا
 عجم كلوا منه فانه يقطع البرواسير وينفع النقرس واجود العنب الابيض
 الكبير الحبيب اللحم الرقيق المقشر الصادق الحلاوة الابيض المائل الى
 الصفرة الذي يقطف ويترك يومين ولحمه حار رطب في الثانية
 وهو محمود الغذاء يسمن البدن ويقويه ويلين البطن وفي الحديث عليكم
 بالمرارعة فانها تقوى البدن وتنشطه والمرارعة سنة وهي اكل العنب
 بالجزء **الحديقة الرابعة** في وقت الاكل باعتبار الشهوة اعلم ان الواجب
 على حافظ الصحة ان لا ياكل الغذاء الا على شهوة صادقة ويفرق الصادقة
 من الكاذبة بانها تزيد كل وقت بخلاف الكاذبة فان كانت تلو بصير عليها
 لا تبقى في مدة يسير وبانها تكون مع خفة البدن وبعد العمل بالغذاء
 وسبب الشهوة الصادقة افتقار الاعضاء الى البدن فانما تحققت
 هذه الشهوة ينبغي ان لا يدافعها بالجوع بل يستعمل الغذاء والا انجذبت
 رطوبات البدن الى المعدة واكثر ما يجذب جند هو الصفر والرطوبة
 المائية بسبب لطافتها واذا انجذبت والمعدة مشتعلة بجمرة الجوع
 احتدت وصارت كالصديد فتفنى المعدة اخلاط صديدية ويلزم

منه فساد كثير كالضعف لارخاء فم المعدة ومن الناس من يعرض
 عند الجوع غشي وسببه افراط الحرارة وارخاء فم المعدة لا يقال بسبب
 الشهوة الصادقة لو كان افتقار الاعضاء الى البدن لما سكنت
 عند اخذ الغذاء الى المعدة لامتاع ان يصير بدلا في ذلك الزمان
 القصير لانا نقول الشهوة على وجهين نفسانية وطبيعية فالاولى
 مختصة بالمعدة وهي التي تسكن عند تناول الغذاء والثانية هي
 الكاشنة عن جرب الاعضاء لافتقارها الى الغذاء فلا يسكن ح لكن
 بتسكين الاول ياها لا يحس بها كما ينبغي قال القرشي في شرح القانون
 ان استعمال الغذاء اما ان يكون في حال الصحة او حال المرض والذي
 في حال المرض لا يقبر في الوقت الذي ينبغي ان يستعمل فيه حال الشهوة
 فكثيرا ما يكون الشهوة ساقطة والبدن مفتقر الى الغذاء وكثيرا ما
 تكون الشهوة مفرطة والبدن غير محتاج الى الغذاء والذي في حال
 الصحة لا يخ اما ان يكون المعدة حادة بافراط او باردة بافراط او لا
 يكون ولا واحد منهما فان كانت المعدة حارة بافراط لم يتوقف
 استعمال الغذاء على حصول الشهوة لان الحرارة مضادة للشهوة
 مبطله لها لكن اذا حصلت الشهوة وجب الغذاء لانها لم تحصل
 الا لخلو مفرط في المعدة وان كانت المعدة باردة جدا لم يدل وجود ^{الشهوة}
 على اوجوب استعمال الغذاء ضرورة ان البرد من شانه تقوية الشهوة
 لكن اذا لم يكن شهوة لم يجز استعمال الطعام البتة لان ذلك انما يكون

لا قراط امتلاؤها واما اذا لم يكن ولا واحدا منهما بل كانت المعدة قريبة
الى الاعتدال كما هو الغالب في الناس فان الشهوة لا توجد في غالب
الامر الا اذا حارت المعدة وح يجب الغذاء ولا يتأخو الشهوة الا
لامتلاء وعدم خلو المعدة وح لا يجوز استعمال الغذاء واجود الغلاء
في صدق الجوع خفة المعدة وصفاء الجشاء وتجلب الرقيق الى الفم فان
المعدة من اعضاء القوة الحسنة واذا اخلت عن الغذاء اندفعت اليها
مواد صديده مرارية يحصل بسببها افات مهولة اني قد رأيت من
جامع فانصبت الى معدته تلك المواد وانصرع لوقت لونه لما بين
الدماغ والمعدة من الشاكر وتقيتا متغير الرايحة شبيه الزنجار فيجب
ان يلتفت المراعاة هذا العضو الجليل لعمود منفعة للبدن وصرف
الاعتناء اليه سيما وقد قالت اطباء ان جميع اعضاء البدن محتاج
الى صحة المعدة وكما انفسها قال فيثاغورس من ساس المعدة فقد قرب
جميع الاعضاء من الاعتدال وينبغي ان يفهم حافظ الصحة كيفية
احتياج الاعضاء الى المعدة عضوا وعضوا وعظم خطرها وجبيل مو قعها
من البدن ويظهر الفائدة في سياستها من كلام افضل الفلاسفة
افلاطون الفيلسوف قال الواجب على المرء العاقل ان يعلم اول اجزاء اعضاء
مثل معرفة الاعصاب والعظام والعروق والعضلات والمخ والحم
وما اشبه فان ليس تراكيب هذه تركيبا واحدا فهذا الانسان كل عضو منه
له تركيب فليس على المرء ان يتعهد هذه اجمع فيقوه على مراجعتها لان

لان هذه كثيرة ومع كثرتها مختلفة وكذلك اعضاء المركبة مثل
الدماغ والقلب والكبد والرية والطحال فان هذه ايضا مختلفة التركيب
ولكن الانسان يسوس هذه الرؤساء وهذه الاجزاء المتفرقة لواحد
فانه متى قام على واحدنا وضبطه ساس هذه كلها حتى يردوها وبقرها
من الاعتدال قال افلاطون فان قال قائل وما واحدنا قلت هي العين
التي تأخذ هذه كلها منها وهي ينبوعها واستها والعين هي المعدة فقد
سبست جميع الاعضاء قلت ومن سياستها انه كما لا ينبغي ان يدافع
الجوع الصادق وكذلك لا ينبغي الاكل الا على جوع صادق فان انفق
رافعه الاكل حتى يسقط معه الشهوة بعد ان كانت دلت على انصبها
بسبب مادة الى جهة المعدة وينبغي قذف ما اندفع اليها بالقي بان
يشرب جلابا او سكجينا فان تعذر احدهما فماء حار او يؤخر
اخذ الغذاء حينما يلزول كراهة المعدة عن الغذاء وتنطلق الطبيعة
المضادة وتبجح الشهوة للغذاء وقد قال بعض المحققين من الاطباء
ان وقت الاكل ان تكون المعدة نقية من الغذاء الاول كما اذا اصبحت
وفي المعدة بقية من الغذاء الامسي فلا ينبغي ان يغتذى حتى يجرد
تلك البقية ويترك الشهوة للاكل وينجلب الرقيق للفم ويخرج فضلا
المعاء والمثانة ويتبدل الصنع في البول وبعد بضعة قالوا ولا ينبغي
ان يتجاوز بعد ذلك بساعتين بلا اكل الا ان تكون ضحية
كثير الاخلاق قال موسى ابن ميمون القرطبي وهو محدث انجباء الاطباء

المتأخرين تكلم في ذلك كلاما هذا نصه ان المرء الذي يأكل مرة في اليوم
 قد يتفوق في بعض ليالي الشتاء ان يسهر اول الليل فتخلو معدته وكذلك
 في ايام الصيف قد يتفوق ان يأكل طعاما خفيفا قبل وقت العادة ويطول
 النهار اذا جاء عند النوم وجد معدته خالية وهذه الاحوال كثيرا ما
 يعتريني واثبت بالقياس وصححت ذلك التجربة اني ان تناولت خبزا
 واداما ولو قليلا ناذيت به جدا وفسد هضمي وان بت علي خلون المعدة
 سلطت اخلاط على وامتلاءت معدتي اخلاط اردية يجلب اليها كما يعترى
 كل صائم ورايت انه ينبغي ان يستعملها باغذية لذينة خفيفة سهلة
 الانهضام ولا اقتصر على غذاء بعينه فنارة اشرب مرقه فروج ان
 خضرت وانا م وتارة اسلق خمس بيضات جاج واحد صفرتها
 وهي رطبة بعد ان زر عليها شيء من دارصني وملح وتارة اتناول ثيابا
 منزوع العجم وقلب مستق او قلب لون حلو وفانيد وتارة اخذ شيء من
 اشربة السكر او العسل اي شراب كان اما في زمن الشتاء فاني تناول
 اقداحا من الخمر لبرد الوقت ولضرورة انه لا ينبغي المبيت والنوم
 على جوع وجوع الا ان يكون ثم اخلاطانية يرام نضجها انتهى كلامه
 بعبارته قال الاسير ايلي وانا اشير على كل مرقه قليل الرياضة من حافظي
 الصحة عموما هذا التدبير كله اقول ينبغي لمن كان منزها عن الخمر
 صيانة الله تعالى عن الادناس بدل الخمر شراب العسل المفوه وسجى
 صفته في وصف الاشربة اعلم ان الابدان التي يصيبها الغشي

والصداع متى تأخر الغذاء عنها ينبغي ان يبادر وبالغذاء يستعملوا
 شيئا فيه تبريد وتخفيف كسويق الشعير وغيره الى ان يكون وقت
 الغذاء والابدان التي لا تجمع ولا تنشط للطعام وتكون مع ذلك
 كسلة ثقيلة الحركات ثم لا يزال يخل عنها ذلك قليلا قليلا فينبغي
 ان يؤخر الغذاء اما ان يبطل هذه الاعراض ويحدث الجوع الصادق
الحديقة الخامسة في كيفية الغذاء بحسب الفصول اعلم ان الغذاء
 المستعمل في الشتاء ينبغي ان يكون حارا بالفعل لان البرد فيه
 مسئول على سطوح الاعضاء وظواهرها فلو استعمل الغذاء البارد
 لاستولى البرد فيصير سببا لانطفاء الحرارة الفريزية وضعفها
 ويلزم سوء الهضم وانحدار الغذاء فجاء وفي الصيف ينبغي بضد ذلك
 لان الحرارة فيه مسئولية على الطواهر فلو استعمل الاغذية الحارة
 بالفعل المستولى الحر وادى الى كثرة تحليل الحار الفريزي وشدة
 اللهب وفساد الهضم بالاحراق وغير ذلك وفي الربيع ينبغي ان
 يكون معتدلا وفي الخريف كذلك وينبغي ان تعلم ان الغذاء بحسب
 الفصول كما يجب ان يكون بالفعل على الصفة المذكورة يجب ان يكون
 بالقوة ايضا كذلك لكنه خض الفعل لانه اذا كان باردا او حارا
 بالفعل مثلا كان اسرع تاثيرا وفعلا في البدن مما اذا كان بالقوة و
 كذلك حال البلاد فان المساكن الباردة حكم الشتاء والحارة حكم
 الصيف واعلم ان نكابة الطعام البالغ في البرودة اعظم من

نكاية الطعام البالغ في الحرارة لان البالغ في الحرارة لا يكون بعيدا جدا عن كيفية الباطن بخلاف البارد واعلم ان الواجب ان لا يكون المشاويل في الشتاء حارا جدا حتى يلدغ المعدة واحرق فيها كما حكي القرشي عن شخص بلغ لقمة قوية الحرارة لاستحيائه من القلأها حين الهيت فاه فحين وصلت الى فم معدته اغشى عليه في الحال ولم يعلم سبب غشيته حتى افاق ونكاية الشراب البالغ في البرودة او في الحرارة اعظم من نكاية الغذاء الذي هو كذلك لان الشراب للطاقة لا يتأخر عن النفوذ الى الاعضاء الرئيسية الى ان تنكسر كيفية بخلاف الغذاء **الحديقة السادسة** في بيان تدارك مضار الاغذية الدوائية اعلم ان استعمال الاغذية الدوائية تقع على وجهين احدهما على سبيل المداواة والاصلاح كما اذا اريد تعديل مزاج او ما كحل فذاك محمود في صناعة الطب وثانيهما على سبيل الغفلة والنسيان بسبب الشهوة فيتدارك ضرره اما بالقوى وهذا ينسركان في غاية الضيق لخرجهما وهي بعد حالها غير متحذرة واما بتليين الطبيعة يرفق لكن في هذا يضطر الى اجتناب شيء منها الى الكبد واما بوجه اخر غيرهما ان لم يمكنها وهو اما بتدبير هضمها بان يتناول عقيبها ما يعين الطبيعة على هضمها كما يستعمل العسل على اللبن واما بتدبير انضاجها لاقليلة الغذاء كثير الفضول

اذا الاجزاء التي لا يصلح لتغذية فضول كلها فلوم يعين الطبيعة على انضاجها احتسبت في البدن وتولد منها الامراض واما بتدبير سوء المزاج الحاصل منها فانها تحدث في البدن لاحالة كيفية خارجة عن الاعتدال وتداركه انما يكون بما يحدث كيفية تضادها ليحصل التعديل فان كان الغذاء الدوائي باردا مثل العشاء والقوى عذبا بما يضاده مثل النفوذ والكرات وعلى هذا القياس واعلم ان حالات البدن متى كانت مختلفة بحسب الانسان والمزاجات وحالات الهواء والبلدان وسين والمسكن كذلك ينبغي لحافظ الصحة ان يركب مع غذائه شيئا لاصلاح وذلك اما التعديل كيفية الغذاء واما السرعة الهضامه وتلطيف جوهره وقوة نفوذه واما الازالة طعمه بنوع واما الدفع ضروره ببعض الاعضاء واما الحصول امر منها لم يكن حاصل في المفرد كما في الخاصية الحاصلة من الازر والبين فان التعديل المذكور تارة يكون بغذاء دوائي وتارة يكون بغذاء محض يضاد الاول اما بطعمه او بكيفيته او بقوامه وهذا لاصلاح افضل من الاول لما علمت ان الاغذية الدوائية لا يخلو من مضرة ما وتارة يكون اصلاح الغذاء بالصنعة اما بالنقع كحال الزيتون والكبر فانه يزيل قبض الاول ومرارة الثاني وبالذق والسمق كاللحم المدقوق فانه متى كان غليظا لطف بذلك وسرع الهضم وتارة يكون بالتعليق وتثقيله بشيء كالحم الكركي فانه متى فعل به هذا

لطف جوهره وسرع انضمامه وزالت زهومتها لانه بقطر منه
 رطوبات ردية ونارة يكون بالقل كمال السمك فان القلي يزيد
 رطوباته ويلطف جوهره ويفيد جوارحه ينصلح مزاجه ومزاج ما
 يتولد منه وكذلك كان اجودها ما قلى بالزيت ونارة يكون با
 لتطيين كل الحول والجدى فانهما كثير الرطوبة فاذا فعل بهما ذلك
 لطف جوهرهما وتناقص رطوباتهما ونارة يكون بالشئ وذلك
 كحال لحم الطيور المائية فانها متى فعل بهما ذلك تحللت عنها
 رطوباتها المائية ولذلك صارت لحومها عند شربها الذوار طب
 مما اذا طبخت ونارة يكون بالطبخ كالكثير الاغذية ثم الطبخ نارة بماء
 واحد ومرة واحدة كالكثير الاطعمة التي تستعملها ونارة يكون بالكثير
 من ماء واحد ومرة واحدة كما اذا اريد ازالة صفة ردية من الاغذية
 مثل طعم ردي او رائحة كريهة فان مثل هذه الاغذية لا يقدر الماء
 الاول على ازالة ما فيها من ذلك بل هو يقبل شيئاً ثم الثاني ثم الثالث
 لكن لا ينبغي ان يبرد بعد مفارقة الماء الاول والقائه بالماء الثاني
 فانه متى كان كذلك كشف البرد ولز زجره ومنع تحليل ما يراد
 تحليله منه بل ينبغي ان يلقى في الماء الثاني وهما حاران اريد القاء
 شئ عليه لطيبه فينبغي ان يلقى عليه وهو في قوة غليانه وان
 كان شيئاً رطباً كالبقول فينبغي ان يكون في اول الطبخ وان كان
 شيئاً يابساً في آخر الطبخ لان القصد منه تطيب الرائحة

والطعم ولا شك انه متى القى في اول الطبخ يحلل قواه ورايحته ايضا
 بكثرة الغليان والمخ يلقى في وسط الطبخ لان القصد تحليل رطوبات
 ما يلقى معه فاذا طبخ الملقى تحلل جوهره وسهل على قوة الملح فيه والتأثير
 في جوهره فهذا هو الاصطلاح بالصنعة واما المخالطة الاغذية
 فنقول الاغذية الحامضة تذهب ضرر الحلو وهو تسخينه للبدن
 وتعطيشه وتوليد السدد والمرار وكذلك الحلو يدفع تبريد ^{مض} الحامض
 واضراره بالعصب ونهيجه للرياح والخامض يصلح الملح ويدفع
 تعطيشه واستخائه وهو يدفع ضرره بالاغصاب ولذعه لفم
 المعدة والدسم يذهب ضرر الملح وهو تخفيفه للاعضاء وتعطيشه
 وهو يذهب ارجائه للاغصاب والعضلات وبشاعة طعمه واسقاطه
 للشهوة واجابه للاكتفاء من الغذاء قبل الكفاية منه والقابض
 يذهب ارجاء الحلو للمعدة ونسكينه للشهوة قبل اخذ الحاجة من
 الغذاء وهو يذهب خشينه للصدر وعقله للبطن وكذلك فعل
 الدسم والقابض احدهما في الآخر والخريف يلطف النكهة والدسم
 وهما يمنعانه من الجرد والتقطيع والمزيد يذهب توليد الحلو للشدد
 ويلطفه كحال الكبر اذا استعمل مع الاشياء الحلوة وهو يدفع تقطيع
 المر وتلطيفه فهذه هي اصطلاحات الاغذية بعضها ببعض على وجه كل
 وظهر مما ذكرنا ان الاصوب اصلاح الغذاء بالتركيب لكن لا يجب ان
 يؤخذ هذا مطلقاً فانه قد شهدت التجربة انه لا يجوز الجمع بين

اغذية مخصوصة كاعلمت واستعمال الغذاء الدوائى متى كان لاجل الاصلاح
فهو مطلوب في صناعة الطب مندوب اليه وذلك لانه لم يعقبه
ضرر بل تقع واما متى كان استعماله لاجل شهوة او غلظ فذلك هو
الذى يجب ان يتدارك ضرره وذلك التدارك كما علمته انفسا
الدرية السابعة فيما يجب على حافظ الصحة الاحتراز عنه وهو
ادخال غذاء على غذاء قبل هضمه لانه اضرت شئ بالبدن اذا المعدة ان
لم تشتغل بالثاني ففسد الاول وان اشتغلت فاما ان تشتغل
به وحده فيفسد الاول ويفسد الثاني او تشتغل به مع اشتغال
الاول فيفسدان جميعا القصور فعلها فيها بخلاف ما لو استعملها
الدرية الثامنة في بيان الحركة على الطعام اعلم ان الحركة على الطعام
اذا كانت مطييفة فلا باس بها لانها توجب استقرار الطعام في قعر
المعدة فيتقع الهضم على اتم الوجوه وان كانت توجب الضرر لان بها
يتخدر الغذاء عن المعدة قبل حصول الهضم فيها فيحتمل حدوث الشدة
وانشار المواد الفجة في العروق ولذلك يضر ضرا عظيما وينبغي
لحافظ الصحة ان لا يناول الطعام من قيام او في حال المشى او في
التكلم فانه قد يلقى القصبه شئ من الطعام فلا يزال السعال
وبه يموت وكذلك حال الاعراض النفسانية على الطعام فانها
ان كانت غير ثقيلة قوية فلا باس بها فان كانت ثقيلة قوية مثل
الغضب والهوى المفرطين والسهر المفرط كانت عظيمة الضرر لا تشتغل

الطبيعة

الطبيعة بها عن اجادة الهضم قال جالينوس السكون المفرط على
الطعام شر عظيم في حفظ الصحة كان الحركة المعدلة خير عظيم
وذلك ان الانسان لا يمرض ما لم يعرض له سوء هضم البنية ولكن
يجب ان لا يتحرك بعد الغذاء حركة قوية قلت ان جالينوس نهى عن السكون
المفرط قبل الغذاء وبعده وامر بالحركة يعنى قبله وبعده ثم خصص
الحركة التي بعده ان تكون لطيفة وساق ذلك في معرض المدح
وبين فائدة التحفظ من سوء الهضم الذى هو دور النخبة وعد
في موطن اخر عدة امراض وقال كل واحد من هذه الامراض يعرض
لمن لم يستمر طعامه اما الحركة بعد الغذاء بقوة فانها من اقوى
اسباب سوء الاستمرار وذلك ان الغذاء اذا عقب بالزيت الكثير
والحركات القوية فاما ان يطفو الطعام الى اعلى المعدة فيقصر عنه
فعل الهاضمة فينتقيه الانسان واما ان يزلق فينفذ من غير ان
ينضم فيجتمع منه في المعروف كيموسا ردية من عادتها ان تولد
امراضا مختلفة ردية فالحركة القوية بعد الغذاء ان مضرة و
قبله نافعة في دوام الصحة واستقامتها لاسيما اذا كانت معدلة
ومن ههنا يظهر ان القصد ودخول الحمام والجماع والدلك بعقب
تناول الغذاء من اكبر الاشياء خطأ لانها كلها حركات في الحقيقة
بل يجب ان كانت الحركة اضطرابية كامر سلطانى وصدق الجوع فليغد
بما سرعت تغديته ليسرع انضمامه كمرقة اللحم مفردة او صفرة

خمس مبيضات يفرشت ويتربص به قليلا لتغيره المعدة تغيرا
 يسيرا على الكبد اقلا به الى الدم الجيد ثم يعزم ويتوكل فانه لا يتغير ولا
 يفسد بحول الله وقوته واعلم ان كثرة المباحث في العلوم الدقيقة
 والنظر في تدبير الامور المهمة والاعمال السياسية كالاقتضية
 والوزارات والولايات مما يفسد الصضم لاستغلال الطبيعة والنفس
 بقدره الله وشيئته وسر حكمته في ذلك واعلم ان من اتبع طعامه
 بحركة قوية اخذار الطعام عن معدته غير منضم وانبت
 في العروق دم غير مستحكم النضج واحش سدا وعلا في الكبد والكل
 وسائر الاعضاء **الديقة التاسعة** في بيان كيفية الغذاء ^{الفضول}
 اعلم ان الحرارة لما كانت في الشتاء غائرة في الباطن هربا من الضد
 الوارد من الخارج كانت حرارة الباطن في الشتاء اكثر واقوى فينبغي
 ان يكون الغذاء فيه اكثر في المقدار واقوى في الغلظ والمتانة ليلقي
 القوة الفاعلة فانه اذا كان قليل الغذائية كالبقول رقيقة الحرارة
 واحرقته الى السوداء وحال الصيف اذا كانت بهذا الشتاء فينبغي
 ان يكون ^{الغذاء} فيه بضد ما في الشتاء لان حرارة الفضل لكثرة تحللها
 مادة الحرارة الغريزية تضعف القوة الهاضمة وترخي المعدة
 وفي الربيع من حيث هو معتدل فينبغي ان يداوم على ما يكون معتدلا
 وفي الخريف على ما يكون اوطب والطف وارق اعلم ان في زمن الصيف
 فينبغي ان يبالاغذية الباردة الرطبة والعليلة التخين والابتنج

المستعمل في الصيف كثيرة العدد متفنية الانواع منها الزين
 كشيبة والحماوية والزيبية والحصرمة والزرباج والمصلية
 والمضيرة والشرارية واليهونية والتفاحية والاسفاناجية والطفشير
 وغير ذلك وصفة جميعها ومنافعها سيجي ان شاء الله تعالى واعلم
 ان الخمر البايطة ردية الكيفية مذمومة الغداء لا سيما في
 الصيف فليقتصد منها ذبيحة يومها والصغير الجثة من السمك
 بالخل زيرباج من اغذية الصيف وليكن في صيد يومه وافهم
 ان امتصاص الرمان المليسي الحلو بعد الاغتذاء مانع لفساده ^{المبرود}
 المرطوب يوافق الصيف المحرور والمروور يخالفه كما علمت وليجعل
 هذا فطورة على ما من شأنه فمع الصفراء وتهديها كشراب الحصرم
 المطبوخ فيه مياه الفواكه الباردة كالتفاح للزوال للسرور وحماض
 الانترج والرمان الحامض او شراب الليمون الوردى مذاب بماء
 بارد وماء نيلوفر مطيب بماء خفاف وماء ورد وعند انقضاء
 الغداء ينتقل بجوارش الصندل وملبس الانترج والقرع الملبدس
 بالسكر والسكنجيين السكرى والورد المربى بالسكر واما المبرود
 المرطوب فشراب السكنجيين البزوري بماء لسان الثور وينقل
 بجوارش العود والغير وجوارش المصطكى والزنجبيل المربى
 ومرق الورد بالعسل وشراب الرمان بل النعنع واما في زمن الشتاء
 فينبغي ان يتوكل الطعام الحار بالفعل ولا يبالغ في حرارته بالقوة

لا سيما الذي مزاج حار او شارب لا يجلب لهم امراضا في الربيع وبقل
 من البقول والالبان والاجبان والسمك الطري ويميل في اغديته
 لما له قوة وفضل تغذية كالهرايسن بلحور العجلان والحصيان من
 الديوك والضأن وليكن سلسلة في قوامها ليننة في انقضاءها كثيرة
 الدسومة واصلاحها ان يطيب بالقرفة المسحوقة ويؤكل بالمرى
 النقيع ومن اغذية الشتاء الشواء والجوزابة واجود ما عمل
 بالحروف الرضيع واللحوى بحيث يكون سمينا لا عجافا وبالجملة
 ان الشواء يختلف بحسب مقدار الحيوان فان كان متخذ في كبير الجنة
 كان حارا يابس كثيرا تغذية عسر الهضم بطي الاخذار عن المعدة
 وان كان متخذ من صغير الجنة فهو اخف وامرا واسرع الهضما
 واقل تغذية وارطب والشواء فيه تقح يضر اصحاب القولنج واصلاح
 الشواء اكله بالملح واللح فيه الليمون والجوزابة بالعسل والسكر
 وهذه الاغذية تغدو كثيرا فينبغي لمسحوظ الصحة ان لا يكثر منها
 ولا يمتلي ويجب ان لا يخلط بها غيرها فان كل غذاء هو بهذه الصفة
 يجب ان يؤكل وحده لتقوى الطبيعة على تدبيره وهضمه ويرتاض
 قبله وبعده ومن الاغذية الجيدة في الشتاء فراخ الحمام التي تبث
 في الطيران اذا سلخت وطلخت بالزيت وطيب بالمرى والدار
 صيني والفلل والخولجان بعد استلاب رؤسها فقد نزعوا
 ان رؤسها يحدث الصداع بخاصيته فيها كما حققه ابن سينا

المواصر وهذه الفراخ اذا استعملت في الصيف بطبخ بماء الحصرم
 والكرزية او بالخل زير باجا ويجب الرمان وهي بالكشك سردية
 الكيفية فانه يحثها على توليد كيموس ردي عفن ومخالف الدجج
 والدزاج والطهوج فلا بالزيت والبصل والثوم مطبوعة بالايارين
 والمصطكى والحصيان من الديوك السمان والدجاج الفتية
 اذا شويت في السفود على نار خفيفة معتدلة ولزم مسحها بريشة قد
 غمست في ناء ورد خسل فيه يسير ملح واحكم نظرها كان غذاء
 جيدا واجود منه ان يسط هذه ويسلق حتى ينضج وتذفع ويدهن
 بزعفران محلول في ماء ورد ويطحن بدهن اليه في فيه بصل واصيف
 اليه قطران شير طري وملح او زيت وملح ووجه مصطكى ولا يكثر
 من استعمال الشيرج في المطبوخا وزيت الزيتون مفر عنه في
 دفع الرقرا يقع للمعدة فقد نزعوا ان الشيرج يضعف المعدة
 ويصل الاعضاء لانه لا قبض بخلاف الزيت واردى من ذلك انه
 يحدث البخر في النعم خاصية فيه مذمومة وما احدث البحر الا وقد
 استعمل الى كيفية ردية ينبغي تركه بسببها وتطبخ حصيان الديوك
 باخرو ذلك بالارز وتقلل بدهنها وفيه الحصرم والقلقل صحاحا
 وهو غذاء جيدا متينا ومن اغدته الشتاء القلا بالناسفة باللحم
 السمينة التي تقع فيها عشايلج الشمار الاخضر مقشرا من قشره
 وورقه او الفت او الهليون او الجزر قبلق على اللحم بعد ان يعرف

ويقال بزيت وبصل متوفر وحمص مجروش وعند انضاجه يعدل
 بالملح والمصطكي ويفقض عليه البيض الطري عيوناً ويذر بالافاوية
 والاباريز ويهدى ويقدم للاكل واعلم ان المشوى من اللحم ولو بلغ
 في انضاجه فانه دون المصلوق في حسن الاستمرار وجودة ^{الهضم}
 وهو غداء معطش ممسك للطبيعة ولا يוכל الا على جوع صادق
 ولا يخلط به غيره واصلاحه اذا اخذ في الهضم شرب عليه
 شراب العسل المفوه ويفقده بالرياضة القوية والشاب و
 المحرور بسكجيين سادج او مص الرمان المنز والمساليق الدسمة
 بالدجاج الفتيه مع قطع اليه وحمص ويجعل فيها قطعة دار
 صيني ويطيب بالمصطكي فانه غداء فاضل ومثل اضلاع حولى
 الضأن مدهونة بالزعفران وماء الورد يطبخ جيداً ويقدم
 عند الاحتياج للغداء واصلاحها غمسها في صلصة من افافية حارة
 ومقدونس ويخلط في ماء ليمون وخل بالسوية ويجلى بكروا طنجة
 الارز والاطربا موافقة وقد يطبخان باللبن الحليب في الشتاء
 وهو جيد لاهل الكد والتعب واصلاحه بالسكر او العسل
 وينبغي ان لا يخلط بغيرها ولا تؤخذ بعد تعب ولا يتحرك اكلها
 حركة عنيفة عليها ولا باس بالنيل من النساء والتوفر في الغداء
 والشراب عن الاعتدال يحتمل في فصل الشتاء بخلاف الصيف
 وقد زعمت الاطباء ان الخطا في التدبير في الشتاء اذا كانت

يسير كان محتملاً لان الحرارة الغريزية يعود الى باطن البدن
 فيجود الهضم لتسخينها اياه ويقل بسبب البرد جريان الاخلاط
 وحدتها ولذلك يقل الامراض في الشتاء ويقف الاعلال ويستقيم
 الاحوال فيه ولا يكاد ان يحدث فيه مرض الا عن سبب خطر
 او خطأ كبير ولا باس في هذا الفصل بالا طنجة التي يقع فيها شيء
 من البصل والثوم وغمس اللحم السمين عند اكله في صلصة الخردل
 مصلياً بحليب لوز واخل وتطيب الاطعمة بالاباريز والافاوية الحارة
 ويزاد في مقدارها ليظهر اثرها وخاصة لدى مزاج بارد وشيخ
 واما المحرور والشبان فيقلل منها مع انهم احسن حالاً في هذا
 الفصل من غيرهم وليستعمل فيه من المشروبات والحلاوات
 والجوارش ثنات المائلة الى الحرارة واما من لا يتناول الخمر فشربه
 شراباً لعسل المدبر بالافاوية وحلاوة العسل بالنارجيل و
 الفستقية والجوزية المعقودة بالعسل النقي وجوارش العود
 والعنبر والمصطكي وتعمد الزنجبيل المنزى والشقاقل المزخانة لم
 يخش من افراط الحرارة ولا باس بالنقل بشيء من الزبيب و
 القشمش مع الفستق والجوز وقلب اللوز اذا كانا حديثين
 مع التين او الفافيد فهذا تدبير الغداء وما يتعلق به في الشتاء
الحديقة العاشرة في وقت الامساك عن الاكل اعلم ان الطبيعة
 عند حضور غداء الذي يميل الى كثرة الاكل شغفا على رعاية القوة

وخوفا من عروض الضعف وحذر من فقدان مثله في وقت
الغزو ذلك مضر بالبدن لانه لو اكل بقدر الميل لامتلأ المعدة
وانا امتلأت قبل طنجها فاذا طنج نرا مقدارها لا محالة بسبب
التخلخل والانتفاخ وتعدد المعدة واثقل عليها فتضعف على الهضم
فينبغي لحافظ الصحة ان يمسك نفسه عن اكل الطعام وفي النفس
بقية شهوة فانها تبطل بعد ساعة لكونها من تقاضى المعدة
لعدم امتلائها وبعد ساعة اذا زاد مقداره بالطنج امتلأت
المعدة وبطل التقاضى وهذا من كمال العقل وتمام المروءة
وهو قانون جليل لحافظ الصحة الراغب في استدامتها وان
افرط في الاكل اتبع بالجوع في اليوم الثاني حتى يستغل الطبيعة
بنضج الفضول ودفعها عن المعدة فيجب على حافظ الصحة ان
يراعى الاعتدال في الاكل بحيث لا يؤدي اكله الى شبع مفرط
بحاج الجوع مفرط في اليوم الثاني اذا لاخير للبطن من حمضة
تتبعها لان كل افراط مضر والانتقال من الضد الى الضد حطولا
خير في عكس هذه الصورة ايضا وايضا لما لزم مع الانتقال
المذكور دخول الغذاء الكثير دفعة بل هو اداء من الاول
لان المجارى ح صيقة والقوى والحرارة خامدة فلا يحتمل الغذاء
الكثير ولهذا يكثر الموت بعد الفط كما قال ابقراط استدامة
الصحة يكون بالحفظ من الشبع وذلك ان الشبع هو الاكل

يكون

يكف به الشهوة وتقع الشامة وتوجد امتلاء المعدة غاية ملئها
ويكثرها وكل عضو يتدد فقد تفرق اتصاله وضعفت قوة ضروره
فلا ينهضم في المعدة ذلك الطعام هضمًا جيدًا ويحدث الكسل
وضعف الحركة وتقل الطعام وخاصة عند كثرة شرب الماء بعد
الطعام المشبع الذي ذلك لازم للشبع ضروره لان الشبع
يستدعي كثرة شرب الماء فلا بد من حدوث احد الامرين اما
حدوث نتحة عظيمة مهلكة او نتحة عظيمة ممرضة او حدوث
هضم مردى ومن انهضم الطعام في المعدة انهضامًا رديًا لزم
ضروره ان يكون انهضامه الثاني في الكبد رديًا ايضا وكذلك
انهضامه في العروق وفي الاعضاء كلها يكون اردى ويكون
ذلك سببًا لجميع انواع الامراض على كثرتها وهذا صرح جالينوس
ايضا ومن اثر ان لا يمرض فليجعل وكه ان لا يحدث له سوء هضم
ولا يتحرك بعد الطعام ولذلك حذر جميع اطباء من الشبع
وامرؤا كلهم مجمعون على ان تناول القليل من الاغذية الرديئة الكيفية
اقل ضررا من تناول الكثير من الاغذية الجيدة الكيفية ولهذا
قبل القليل لا يضر وان كان سها لان الانسان اذا تناول الاغذية
الرديئة ولم يشبع منها ينهضم انهضامًا جيدًا ويفتدى لاعضاءها
بكل ما ينفع ويقوى القوى الدافعة بدفع فضلاتها ولا يحدث له من
ذلك ضرر اصلا وقيل لا رطوانك تقل من الطعام فقال الخ

احب ان اكل لا عيش لا ز اعيش لاكل وكان بعض عباد بني اسرائيل
 يقف على المائدة ويقول معاصر المؤمنين لا ناكلوا كثيرا فنشربوا كثيرا
 فتناووا كثيرا فمروا عند الموت كثيرا وفي حكمة لقمان يا بني اذا
 امتلأت المعدة نامت الفكرة وخرت الحكمة وفقدت الاعضاء
 عن العبادة قلت والذي ينبغي لحافظ الصحة ان يقدر غداه حال
 صحته ويعلم مقدار الذي تناوله في زمن الربيع سهل عليه هضمه
 واستقامت عنده فينقص منه كلما زاد تلمر قليلا قليلا بتدريج
 ثم يعود التقيض كذلك الى تنامي البرد هكذا رأى الخذاق من الاطباء
 المحققين فان كانت المضموم ضعيفا جعل الغذاء الذي من شال ادم
 يؤخذ مرة مقسطا بين مرات ولا ينبغي الانقياد مع الشهوة اذا كانت
 في التمل من الطعام اللذيذ وان كان محمودا بحيث تراحم المعدة الحما
 ويضيق النفس كما يفعل ذوا الشره انكالا على ان يتفقه وهذا مسرع
 من الهرم وموقع في السقم فقد قالوا من شره وقع فيما كره بل يرفع
 العاقل يده عنه قبل ان يسأله النفس ويتذكر عند حلاوة الغذاء
 مرارة الدواء كما حكى عن كسرى انوشروان الملك ان صاحب مائدة
 كتب اليه ان الملك رفع يده عن الطعام الطيب قبل ان يستوفيه
 فكتب له كسرى رفعنا ايدينا عما نشتهي اسهل من العلاج بما نكره
 قلت هذا مما هو معلوم مفهوم ان في قلة الاكل فائدة كثيرة
 في تقويم الصحة وهي جزء من العبادة وبصار الصديقون صدق

وقد قيل

وقد قيل ينبغي ان يجعل ابن ادم بطنه اثلا ثالث للطعام وثلاث
 للشراب وثلاث في النفس وانما امرت الحكاء باقلال الغداء وان لا
 يؤخذ الا مع الشهوة الصادقة ليقوى الحرارة الطباع على هضمه ^{جودة}
 استمرأ من اكل من الطعام ما تحوز الطبيعة عن هضمه عرض نفسه
 للنجس وهي الكيماه لفساد الدم وتوليد الامراض كما قلنا والله ذر القائل
شعر والنفس راغبة اذا رغبتها واذا مرذ الى قليل تقنع واصلم
 ان الطعام اذا تجاوز الاعتدال عرض منه الثقل وتعدد في المعدة
 وتضييق مع النفس ويشتاق ان يخف ذلك عنه بقي ونزول
 ويستلذ الانتصاب ويقلق عند الاضطجاع ويضطر الى كثرة التقلب
 ويبحث اجشاء حامضا ومتى يبحث شي من الطعام الى اقصى الفم
 فان هذه العلامات اذا عرض من غير شرب شراب كثيرا وماء او فاكهة
 دلت على ان هذا الطعام زائد على ما يمكن ان يستولى عليه
 الهضم ومتى حصلت تلك العلامات فينبغي ان يدبر تدبير الامتلاء
 فيسبح تدبيره في الحديقة السابعة والعشرين **الحديقة الحادية**
عشر في كيفية النوم على الغذاء اعلم ان ينبغي ان يكون نوم الفتى
 او الاعلى اليمين زمانا قصيرا ليستقر الطعام في قعر المعدة ثم على اليسر
 فيكثر النوم عليه ليشتغل الكبد على الغذاء فيسحقه وتأخذ المعدة
 في هضمه كما حكى ان بعضهم نزل على طبيب بخيل فكان يراه يقوهر في
 الليل الى اولاده فن وجدته نائما على جنبه اليسر ياد الى قلبه

على الجانب الايمن فستل على ذلك فقال اخاف ان ينهضم طعامهم
 فيستطالبون بالاكل من باكر وينبغي ان يعود بعد اليسار على الجانب
 الايمن ليعين على الانحدار ولا يكثر في نومه من التقلب من جانب
 الى جانب بسرعة فيقصه فغسل الهاضمة والذئار ورفع الوساد
 للرأس عند النوم مما يعينان على الهضم ولا بأس بالنوم على الغذاء
 للبرودين والمضطوبين ويكره للمحرورين والممرورين وينبغي ان يحتنب
 النوم بعقب اخذ الغذاء بل يجب السكون والدعة والاستقرار جالساً
 يستقر الغذاء في قعر المعدة الذي به الهضم وتشاغل الى ان يأخذ
 الغذاء في الانهضام فان وافق النوم الطبيعي وهو نوم الليل
 كان اجود اعلم ان النوم متى كان بعد الطعام كثيراً احتج الى الغدنة
 كثيرة غريزة الغذاء ومتى كان قليلاً احتج الى غذاء خفيف يسير
 الغذاء ومتى اخذ الطعام بعد انحدار الاول وقدم قبله حركة كافية
 واسعة بيوم كاف حسن استمراؤه ومتى اخذ طعاماً وقدم في معدة
 او امعائه ببقية ذات قدر من الطعام الاول غير منهضم ففسد الطعام
 الثاني ببقية الاول ومتى خف الطعام في اعلى المعدة فينبغي ان لا ينام
 حتى يخذل الطعام ويصير في قعر المعدة اما بنفسه واما بحركة يسيرة
الحديقة الثانية في رعاية العادة والقوة في مكية الغذاء اعلم
 ان رعاية العادة والقوة في امر الغذاء واجبة اما العادة فانها كما
 لطبيعة الثانية ولا شك ان ترك الامر المألوف طبعياً كان أو غير

محدور العاقبة لعسر الانتقال من المألوف الى غيره فيجب رعايتها في التدبير
 كلها سواء كانت يحفظ الصحة او استرادهاء وهي ان كانت محمودة
 استمر عليها والا احتيل في الانتقال منها بالتدريج والعادة في امر الغذاء
 يقبهر من وجوه احدها كميته فان من اعتاد تناول القليل يتضرر
 بالكثير وكذا بالعكس وثانيها كيفية فان من اعتاد تناول الاغذية
 الحارة يتضرر بالباردة وكذا بالعكس وثالثها وقته فان من اعتاد اول
 النهار يتضرر بتأخيره ورابعها عدد مراته فان من اعتاد بالاكل
 مرة يتضرر بالمرار واما القوة فيجب رعايتها في كميته الغذاء فانها
 اذا كانت قوية يحتمل صاحبها الغذاء الكثير تبناً وله دفعة لكنه
 يجب لا يكثر بحيث ينقل ويمدد الشراسيف ويقرقر يحشى بان يجد
 طعم الغذاء مع الجشأ وشرا لاكل اصغر النفس من الكثرة فانه يدل
 على مزاجحة المعدة المحجاة وان لا ينقص الغذاء حتى يكون المغتدى في
 اكثر اوقانه كالجائع فانه يفسد الطعام افساداً بتشبيظه ويحرق
 وينهك البدن ويتولد منه على الايام امراض صفراوية وسوداوية
 وان كانت ضعيفة فلا يحمل الكثير دفعة ولو اراد تناول الكثير
 يجب عليه ان يفرق وياكل بدفعات لتصادف القوة كل وقت
 مقدورها وكذا من يعرض له عقيب الاكل حرارة ينبغي ان ياكل قليلاً
 قليلاً لئلا يبرد الطعام الكثير على معدته دفعة فيتوجه حرارته
 اليه ويبرد ظاهر بدنه ويعرض له عقيب ذلك كالقشعريرة او النافض

لان الطعام اذا سخن ارتفع منه بخار ووصل الى الاعضاء الحساسة
فينفض الى دفعه ويحصل له ما ذكرنا ويتبع ذلك حرارة قوية كالحمى وليس
اذا اكل بالتدريج يحصل له ذلك الضعف الخارج الا ترى انه اذا صبت
على الحجر المحمي كثيرا دفعة يرتفع منه بخار عظيم ولو قطرت قطرات
بالتدريج لا يرتفع منه بخار يعتد به ويجب على حافظ الصحة ان لا يعمل
معدة من الطعام الا مقدار قوة الهضم محمودا كان او غير محمود فان
الغذاء الكثير وان هضمته المعدة فقل ما ينضمها الاعضاء والعروق
وحذرت الاطباء من الشبع المفرط عقيب المفرط ومن الجوع المفرط
بعد اعتياد الشبع لاختلاف العادة على الاعضاء فان كل مفرط بها
مضر وكل افراط بها مفسد قال ابقراط ما الشبع ولا الجوع ولا غيرهما
محمودا اذا كان متجاوزا المقدار الطبيعي **الحديقة الثالثة عشر**
في بيان ما يناسب كل مزاج من الغذاء اعلم ان الغذاء يختلف بحسب
اختلاف المزاج فمن كان سوداوى المزاج يجب ان يكون غذاؤه
مرطبا قويا مستحنا ضعيفا مثل مرق لحم الحنظل السمين وفخ البيض
التيمر شتاما وجوب كونه مرطبا فلكون السوداء يابسة واما كونه
قويا فليعدل فطرطيبه ببوسة السوداء فانها قوية جدا واما كونه
مستحنا قليلا فليعدل تسخينه برد السوداء واما كونه ضعيفا
فلنلا يودى الى احراق الاخلاط فيزداد ببوسة مزاجه ومن كان
صفراويا يجب ان يكون غذاؤه مبررا مرطبا ليعد كفيته الصفراء

وهما الحرارة والببوسة وذلك مثل كشك السعير والقلابا
بالقرع والقشاش وماء الحصرم ومن كان بلغميا يجب ان يكون غذاؤه
مستحنا ملطفا مثل لحوم العصافير والقباج بالدار صيني و
الكمون اما وجوب كونه مستحنا فليعدل بسخونته برد البلغم
واما وجوب كونه ملطفا فليفيده لطافة ورقة فتقبل تأثير
الحار الغريزي واما الدم الذي يتولد فيه ان كان حارا فوق
الاعتدال فيحتاج الى اعدية باردة قليلة الغذاء وانما لم نذكر
الدموى كما ذكرنا تدبير السوداء وغيره لان غلبة الدم لا
تدبر بتكثير الخلط السوداء الذي يضاده في كفيته وهو لا يطلب
تكثيره البتة ولا كذلك الباقي من الاخلاط واما كون الدموى
الذي دمه حار فوق الاعتدال يدبر بالاعدية الباردة فظاهر
وجيب ان يكون تلك الاعدية قليلة الغذاء مثل المزاور القامعة
دون الفواكه والبقول لانها يولدان دما مائيا فيكون شديدا
لا استعداد للفيان والتحقيق في ذلك ان الواجب على حافظ الصحة
ان يعدل مزاجه بما يلزمه فاصحاب الدم والصفراء بالاشياء الجيدة
الكيموس من المبررات والخوامض القامعات للصفراء والدم
واصحاب البلغم بالموالح والحريقات واصحاب السوداء بالاشياء
الدسمة والامراق المرطبة والطعام وان كان موصوفا لجودة
الغذاء فانه مالم يوافق المعتدى في وقته لم يتولد منه غذاء

محمود موافق بل صار كما لا يولد لحم للجملان وصفرة البيض في
 الجمومين كيموسا موافق لهم بل صار كما لا يولد التين والجوز
 في المحورين دما موافقا ولا ماء الشعير في المغلوج مناسبا
الحقيقة الرابعة عشر في تقديم بعض الأغذية على بعض اعلم
 ان الاطباء اختلفوا في ذلك فذهب بعض القدماء الى انه يجب
 تقديم الغليظ على اللطيف لانه لو قدم اللطيف لانهضم قبل
 الغليظ للطافته ولقوة هضم قعر المعدة واذا انهضم انفتح
 البواب بالضرورة لخروجه الى الامعاء واذا خرج فالغلب
 انه يستصحب شيئا من الغليظ قبل هضمه ويحدث السدد
 في الكبد والماسا ريقا واما ان قدم الغليظ فلا يلزم شيء ومن
 ذلك لان الغليظ ح يكون في قعر المعدة واللطيف في اعلاها
 فيقع فعل الهضم القوي في الغليظ وفعل الهضم الضعيف
 في اللطيف فيتكافؤ الهضمان وذهب بعض المتأخرين الى انه
 يجب تقديم اللطيف وهو اختيار الشيخ كما اشار اليه بقوله
 بقوله ولينذر ان يتناول ما هو رقيق سريع الهضم على غذاء
 قوي اصلب منه وتمسكه ان الغليظ لو قدم لانهضم اللطيف
 قبله ولا يجد سبيلا لنفوذه الى الامعاء لانسداده بالغليظ
 فيفسد ويفسد الغليظ ايضا باختلافه طه فان قيل انما يلزم
 ذلك لو كان محل هضمها متساويا في قوة الهضم ولا نسلم انه

كذلك كما عرفت ان هضم قعر المعدة اقوى اجيب اذا كان الغذاء
 البطي الهضم متقدما وحصل في قعر المعدة وابتع بالريق وحصل
 في قعر المعدة يتقارب زمان الهضمين فلا يضركلام يحتمل على معاني
 احدها ما هو الظاهر وهو ان يستقر الغليظ في قعر المعدة واللطيف
 في فمها اما الخاصية في اللطيف بانه لا يتخذ سريعا واما الامتلاء وقعر
 المعدة بالغليظ الثاني ان الغليظ ان يكون بحيث اذا انهضم في قعر
 المعدة هضم اللطيف في فمها وان استعمل عقيب بلا تاخير الثالث
 ان الغليظ يقدم على اللطيف بزمان ثم شبع اللطيف بحيث
 يتقارب زمان الهضم الغليظ في قعر المعدة زمان هضم اللطيف
 في فمها واذا اجتمع الطعام القوي الصلب والطعام المزلق فلا
 يقدم المزلق لانه اذا انزلق افاد المجاري ملاء ستهتها القوى
 بهلا تنزلق قبل الهضم وهو ردي لاقتضائه السدد والقولنج
 والاصوب ان لا يجتمعان لانه ان قدم المزلق لزم الفساد
 وان قدم الصلب وهو بطي الاخذار لا محالة منع اللين اي
 المزلق عن الاخذار اذا انهضم اما من فم المعدة الى قعرها او من
 نفسها الى الامعاء وح يفرط عمل الحار المعدي فيفسد ويفسد متى
 كان غذاوا ان احدهما اسرع انهضاما والاخر ابطا انهضاما فالوقت
 ان يقدم الابطا انهضاما لان قعر المعدة اسخن من اعلاها
 ليهضمها معا وينبغي ان لا يقدم الاطعمة القا بضة فانها يجلس

البطن فيحدث من ذلك امراض في الرأس والمعدة والامعاء
وتقدمها عند الحاجة الى مساك البطن نافع وان اكل القابض
بعد الطعام لين البطن كما قال الشيخ ان السفرجل اذا تناول على
الطعام اطلق حتى انه ان استكثر منه اخرج الطعام قبل الانهضام
والله تعالى عالم بغيبه **الحديقة الخامسة عشر** فمن يوافق
الغذاء الرقيق ولا يوافق اللطيف وبالعكس اعلم ان في بعض
الناس يفسد الغذاء اللطيف في معدته وينهم فيها البطيئ وهو
التأوى المعدة بسبب كثرة انصباب المرازيلها فيكون منسبه
الغذاء اللطيف الى معدته كنسبة الحطب الغير المتين الى النار
القوى في سرعة التأثير واحراقه ومنهم من يكون يفسد ما ذكرنا
فيهم اللطيف في معدته ويفسد الغليظ بسبب ضعف حرارة
معدته وكل منها يدبر حاله بحسب الواجب مما علم من مادة بان
يحترز الاول عن الاغذية الرقيقة السريعة الاستحالة الى
الصفراء والثاني عن الاغذية الغليظة اعلم ان الغذاء قد يختلف
بحسب الاسنان لان الطعام الارطب الارق اوفق لسن
الصبيان والمتين القوى الغذاء للشبان والطار الرطب
باعتدال السريعة التقدته للشيخ ويختلف ايضا بحسب
التصرف فيكون الزج الكثير الغذاء ووفق لاصحاب القرب و
المتخلخل الايدان واللطيف السريع الغذاء اوفق لمدني البطالة

ولم لا يتحمل من بدنه شيء والاطعمة الغليظة ان انهمضت
فغذاوها كثير وخطها جيد واقوى الناس على استعمالها اصحاب
الرياضة والذين مجاريهم واسعة وهم الذين لا يعرض لهم وجع
في الكبد ولا ثقل ولا تمدد واما غير هؤلاء فان الاطعمة الغليظة
نورهم السدد والاطعمة اللطقة يجعل الدم اولا حار رقيقا
ثم يجعله سوداويا واجود الاطعمة المتوسطة لمن يعنى حفظ
صحته لكن لا يحصب البدن ويدل على ذلك قول سقراط خير
الامور اوساطها فان النافية هي الاطراف **الحديقة السادسة**
عشر في انه يجب على من اراد حفظ الصحة برعاية التجربة لا القياس
الطبي وذلك لان خواص الابدان والبلدان تتفاوت بحسب
المرجة والضايغ بحيث لا يدخل تحت قياس بعض على بعض في
الافعال الطبيعية حتى يلزم اشتراكها في الحكم لجواز اختصاص
كل منها بخاصية تقتضي حكما مخصوصا فان كثيرا من الناس
يضرهم الزيرباج ويفسد في معدته مع كونه غذاء لطيفا محمودا
الكيموس موافقا لاكثر الناس في اكثر الاوقات وكذا بعض
الاشخاص يضرهم بغذاء يدل القياس على نفعه وبالعكس واذا
كان كذلك يجب ترجيح التجربة واهمال القياس فيجب محافظة تلك
الخواص التي علمتها بحسب التجربة اعلم ان الاشياء التي يختلف
باختلاف انواع الاغذية تسع احدها حال المعدة فانها اذا كانت

حارة كانت الاغذية اللطيفة تحترق وتفسد فيها واما الغليظة
 الصلبة فتتهضم وان كانت المعدة باردة كانت الاغذية اللطيفة
 تهضم فيها ولا تهضم الغليظة بل قارة تبقى فجة اذا لم تفعل فيها
 حرارة غريبة وتارة تفسد اذا فعلت فيها القوية وهذا هو الاكثر
 لان كل رطوبة اذا قصرت الحرارة الغريزية عن تصرفها تصرفت
 فيها القوية لاحالة وثانيها حال البدن فان البلخ بارض فارس
 كان سما قاتلا وبارض مصر صار غداء مألوفاً وهذا مما لا يمكن
 الوصول اليه بالقياس بل الاعتماد فيه على التجربة وثالثها حال
 الامزجة ونعني بذلك الامزجة الشخصية التي لا يقوى القياس
 على تحقيق اختيار الاغذية بحسبها بل يغلب فيها التجربة فان بعض
 الابدان يتضرر بغذاء يدل القياس على منفعةه وبالعكس وينبغي
 ان يكون التدبير في هذا على الوجه الاحوط فلو تضرر بدن
 بغذاء يدل القياس على نفعه رجحت التجربة واهمل القياس
 اصلاً ولو استمر بدن غداء يدل القياس على برأته رجح القياس
 وترك ذلك الغداء للجواز ان يكون استمراؤه بحالة خفيت
 عنا ويكون تلك الحالة مما يزول وكل وقت يستعمل فيه ذلك
 الغداء يحتمل ان يكون تلك الحالة قد زالت فيضر لكن قد
 يخفى ضرره الى ان يشد بتكرار استعماله فيظهر ويولد امراضاً
 وكذلك قد ترجح التجربة في مقدار ما ينبغي ان يستعمل من الاغذية

فان من

فان من الناس من لا يمكنه لاقتضاها وعلى الغذاء يقتضيه القياس
 ونهيك به بدنه بل يحتاج الى ضعف ذلك فينبغي ايضا ترجيح
 التجربة في حقه ولذلك لا يقوى على الاستمرار ما يوجب القياس
 فاناح تقلل الغداء وينتفع التجربة ورابعها السخنة فان من كان
 مختل البدن سهل التحلل يجب تقديمه بالرطب السريع الانهضام
 وذلك لثلاثه يستولى الجفاف لغرض التحليل الى ان يتم انهضام
 الصلب البطيء الهضم وايضا ليتدارك الغداء الرطب برطوبة
 فرط التحلل ويكون الابدان المختللة اشد احتمالا للاطعمة
 الغليظة والمختلفة وابعدها من ان يضرها الاسباب الداخلة
 وذلك القلة احتباس الفضلات فيها بسبب كثرة ما يتحلل منها
 واقل للتفرد من الاسباب الخارجة وذلك لسعة منافذها
 فيكون للوراثات من خارج مسلك متسع ومن كان ملزماً البدن
 فحاله بعكس ذلك وخامسها المزاج ونعني به المزاج الذي يمكن
 الاطلاع على مقتضاه بالقياس فان صاحب المزاج الحار ينبغي
 ان يغذى بالبارد وصاحب المزاج البارد بالعكس وسادسها
 حال اخلاط البدن فان السوداء يكون اغذية قليلة السخونة
 كثيرة الرطوبة كما بينا فيما سلف ومن كان في بدنه اخلاط رديئة
 فينبغي له ان يستكثر من الاغذية الحمودة ليغلب ما يتولد منها
 من الاخلاط الصالحة فيصلح به تلك الاخلاط الفاسدة و

وخصوصا اذا كان ذلك لا يحتمل الاستفراغ بسبب الضعف فانه
 اذا فعل ذلك فاما ان يصلح اخلاطه فهو المخط او يقوى بدنه فيحتمل
 الاستفراغ وهذا انما يكون اذا لم يكن لتلك الاخلاط الفاسدة
 قوة على افساد ما يرد على البدن وسابغها العادة فربما ما لوف
 فيه مضرة ما هو وفق من الفاضل الغير المألوف وذلك كما
 علمت ان الطبيعة اذا اعتادت على احالة ما قوت عليها كما ان
 من اعتاد تقبها فانه وان كان ضعيفا لبدن او شيخا فهو احل
 لذلك التقب الذي اعتاده ممن لم يعتده وان كان شابا قويا
 وثامنها التدبير المتقدم فان المستكثر من اللحم ينبغي ان يكثر
 من الفصد ويكون اغذيته قليلة الغذاء باردة فان كانت
 مع ذلك يميل الى برد فينبغي له ان يستعمل الاطعمة الجوار
 شتات وما من شأنه تقوية المعدة والامعاء والجداول
 لان هذا يكثر فيه البلغم لكثرة مادة الغذاء وقصور الحرارة
 عن تكميل هضمها وينبغي ان يكون اغذية قليلة الغذاء وتا
 سعا اللذة وتفصيل ذلك في الحديقة الثامنة عشر
الحديقة السابعة عشر في انه يجب الاحتياط في تغيير العادة
 الغير المحمودة اعلم ان الغذاء الردي الكيموس اذا عود بتناول
 يستلذه الطبع للالف ويستمره لكن ينبغي ان لا يغتر بذلك
 ولا يدوم عليه فانه وان لم يظهر منه فساد الحال لكن يستلذه

مرور الايام اخلاط ردية قتالة بسبب اجتماع ما ينبغي من
 الهضم كما ان من اعتاد السمك الطري واللبن وامثالها لا يمان
 بعد طول زمان من حدوث مرض مثل الصرع والقوة ومن
 اعتاد بالاكل الثوم لا يمان من حدوث امراض صفراوية لان
 الثوم مولد للصفراء فيجب الاحتياط الى الغذاء الصالح الكيموس
 تدريجا لئلا يلزم ترك العادة دفعة وينبغي لحافظ الصحة
 ان لا يغتر بتناول الاغذية والاشربة الردية وهضمها لما
 يتولد عنها على مر الايام من الاوصاف الفساد في الجسد
 وفي الاخلاق ايضا قال جالينوس ان الفساد يعرض في الاخلاق
 باعتاد الاشياء الردية في الماكل والمشرب وان التدبير الجيد
 يصلح كثيرا من اخلاق النفس اقول يجب على من اعتاد تناول
 الاشياء الردية الكيفية ان لا يهلكها ولا يفعل عن استدراكها
 ولا يعتقد ان ضررها يسير المؤنة قليل الادوية بل يتعهد ضد
 شرب الدواء الذي من شأنه اخراج الخلط المتولد عنها في
 الاوقات المناسبة لا سيما ان كان قليل الرياضة كثير الذعة
 ثم بعد النقاء يتلطف في تركها والنقلة عنها بالتدريج الى
 المحمود لا يمد من الغذاء الواحد دائما بل يخالف بينهما
 فيجعل لكل يوم لونا بنوعه ونشتهيه فان النفس البشرية
 مستعدة لقوى مختلفة وشهوات غالبية وافهم ان الحاصل

مما يعتاده لا انسان ليس هو مقصود على ما كثر ومثروب
 لا غير بل الواجب على الطبيب الماهر من حيث هو طبيب ان
 يسأل عن العادة في حفظ الصحة من يروم حفظ صحته واستعمال
 الستة الضرورية فيه على ما ينبغي فان كانت موافقة لقوى
 الصحيح المذكور في كل واحد واحد منها استعملت واخلت لشيء
 منها انتقل عنها الى ما هو اصل منها بالتدريج حتى لا يعثر به الطبيعة
 واعلم ان الطعام المألوف اللذيذ وان كان فيه مضرة ماخير من
 الطعام الغير اللذيذ وان كان لا مضرة فيه وذلك لا قبالة
 الطبيعة على المألوف واللذيذ واصلاحها ما فيه من المضرة
 ونفورها عن ما ليس بمألوف ولا بلذيد فيتغير ويقسد **الحديقة**
الثامنة عشر فيما هو اوفق من الاغذية بالنسبة الى المقتدى
 اعلم ان اوفق الغذاء بالنسبة اليه الذة عنده وان كان اردي
 من غيره لانه يميل الطبيعة اليه ويستد اشتمال المعدة عليه
 والقوة القابضة عليه يجود هضمه ويصل رداءته لكن ينبغي ان
 يكون الا الدصالح الجوهر لئلا يتولد منه اخلاط ردية لمزور
 الايام وان يكون الاعضاء الرئيسية سالمة موافقة في المزاج
 اذ لو كان بعضها شديدا للحرارة وبعضها شديدا للبرودة فاللذيد
 ان وافق احدهما لا يوافق الاخر ولا يكون الذة اعتبارا مطلقا
 اقول ان وصية المحققين من جملة الوصايا النافعة ان

ان يجعل القداء مائلا الى الحلو والدم فانها اشد مناسبة للبدن
 على ان المعدة الصحيحة والذوق السليم لا يختار عليهما طعاما
الحديقة التاسعة عشر فيما يلزم على المستكثر من تناول
 مولدات الدم اعلم ان من استكثر من تناول مولدات الدم
 كاللحم وغيرها يجب عليه ان كان مزاجه حارا مائلا الى الدموية
 ان يتعاهد الفصد خذرا من حدوث الامراض الدموية و
 الحيات والاورام الحارة والطواعين والحناق والشكة ونقت
 الدم وان كان مزاجه باردا فعليه باستعمال الجوارثات والاطر
 بقلا وما من شأنه ان ينبغي للمعدة والامعاء والجداول القريبة
 منها خوفا من اجتماع فضول ومواد غير نضجة بسبب برد
 مزاجه **الحديقة العشرون** في حفظ صحة الابدان المرادته
 اعلم ان الابدان المرارية والتي معدتها خاصة صفراوية يحتاج
 في حفظ صحتها الى زيادة امور منها تفرق المتناول اي تكثر
 عداد الاكل خذرا من تكثر المزار لو خلا معدتهم واحتياج مثل
 تلك الابدان بجمارتها الى غذاء كثير فلو لم يفرق لتثقل على المعدة ومنها
 الاسراع في التقدي اي التعجيل في الاكل اول النهار لئلا ينصب
 اليها مزار كثير فيوجب الغثيان والصداع ومنها تقديم
 الاكل على الاستحمام لان الحمام سانه تحريك المولد وصب الصفراء
 الى المعدة واذا كانت مرارية يكون ذلك اكثر واما في غير هذا

من الايدان فاولى تقديم الحمام لتهيأ للغذاء بسبب تحليل الفضلات
الحديقة الحادية والعشرون فيما يجب الاحتراز عنه عند الاكل
وهو امران احدهما جمع اغذية مختلفة في وقت واحد فانه من
اضرار الاشياء لاقتضائه تخير الطبيعة بسبب اختلاف كل منها في
الهضم وقد نهت الاطباء عن جميع اغذية مختلفة في وجبة
حتى هرب اصحاب الرياضة في الزمان القديم من ذلك فانهم
كانوا يقتصرون على اللحم في الغذاء وعلى الخبز في العشاء ومن ياكل
منهم في اليوم مرة ياكل في اليوم لحما وفي اليوم الثاني خبزا وثانيهما
تطويل مدة الاكل لاستلزامه لحوق الغذاء الاخير حال اخذ الاول
في الانهضام وذلك يوجب ضررا لكن هذا اقل اضرارا من الاول
لعدم خيرة الطبيعة هنا في الهضم ولكون الغذاء من نوع واحد
بخلاف الاول ولا شك انه غالبية للداء واذا اتفق هذه الحال
فينبغي ان يقدم سريعة الهضم ويؤخر بطيئة الهضم كالكمثرى و
السفرجل وبعض البوارد المعولة بالسماق والمصرم لثلا يسرع
انفساد الى الطعام المقدم من قبل انهضام المؤخر يستحب ان
يجيد المصنع والطحن فذلك عون على الهضم ولتجنب ما يعجز
الانسان عن اكمال هضمها فان المعدة تقصر عن هضم ومراعات
واجبة **الحديقة الثانية والعشرون** في عدد مرات ما ينبغي
ان يوكل اعلم ان اوفق مرات الاكل اذا كان للشبع وكان المعدة

وافية بهضم كفاية البدن ولم يجتمع الى تفريق الغذاء المعتاد ان
يوكل في كل يومين ثلاث مرات يوما ووجبة اى مرة في نصف النهار
ويوما مرتين مرة بكرة واخرى عشية لانه اذا اكل في اليوم
الاول بكرة اخدر عن المعدة واعالى الامعاء في عشية فاجتنب
الى اكل متناف واذا اكل حينئذ لم ينهض الشهوة في بكرة اليوم
الآتي فيحتاج الى تاخير الاكل الى قريب من منتصف النهار واذا
ح لم ينهض الشهوة في عشية وانما قلنا اذا كان الاكل للشبع
لان الذي يكون لاجل النقلة واللذة بمحون يكون في اليوم مرارا
كثيرة وانما قلنا اذا كانت المعدة وافية الهضم كفاية البدن
ولم يجتمع الى تفريق الغذاء لان المعدة لو كانت ضعيفة كما في المشايخ
ومن اعتراهم اسهال مفرط وكانت الحاجة ماسة الى التفريق
الغذاء كما في الاطفال للنمو والرطوبة ابدانهم وكثرة التحلل منها
لم يكف المرات المذكورة في اليومين بل يجب التفريق في المرات وانما
قلنا الغير المعتاد اذا لو كان معتاد المرتين او ثلاث مرات في يوم
يجب ان يستمر على العادة فان العادة وان كانت مذمومة لا يجوز
تركها بفتة على اكلة واحدة يضر الخفاء المحرورين وينفع الغلاء
المطوبين واعلم ان الجوع يذهب الامتلاء ويقلل الدم ويهزل
السمن المفرط ويذكي الخواصر ويستاصل الامراض الرطبة ويحلل
النفخ والرياح واما افراط الجوع فانه يجعل الدم حارا حرقا يابس



الصداع ويزخى القوة ويصح الامراض الصفراوية واجل الابدان
له اصلها وايضا مزاجا والكهول والشيوخ واما الذين هم موافقون
يحتاجون الى غذاء رقيق متواتر واما الصبيان والفتيان والنساء
ومن لحمه رطب وهو ابيض ازرق قليل صبرهم على الجوع والعطش
وينهك ابدانهم سريعا ولا سيما ان كانوا في بلد حار وتحركوا بحركات
قوية **الحديقة الثالثة والعشرون** في تدبير المعدة اذا ابتليت
وقسدت بحيث لا يكاد يشتهي صاحبها الا الاشياء الحريفة والحمية
وصارت عايفة متنفرة لسائر الاغذية خصوصا الحلوة والدسم
منها اعلم ان المعدة اذا تصفت بهذه الصفة يدل على حصول خلل
غليظ ظام فيها واصح الاشياء لدفعه القيء فينبغي ان يتقيأ ما يسكن
الغليظ والفجل على السمك المالح من التلطيف والملاء واستعمال
السكنجبين بالماء الفلتر او الاغذية في التحليل ولو طبخ فيه اصل
الموس كان اولى **الحديقة الرابعة والعشرون** في شرب
الماء على الطعام اعلم انه لا يجوز شرب الماء الكثير على الطعام لانه
ان شرب الماء الكثير عليه فرق بين الطعام وبين جرم المعدة
ويطفو الطعام وحينئذ لا يجد الهضم لان الهضم الجيد انما
يصلح مع اشتغال المعدة واستقرار الغذاء في قعرها وهما منتفخان
وخصوصا اذا لم يكن الغذاء ارضيا ثقيلا واما اذا كان ثقيلا فلا
يقوى الماء على اقلاله لانه يرسب في الماء وان اكثر منه ويجب

ان يتربص بالشرب الى حين نزول الغذاء الى المعدة ويعلم ذلك
حصول الخفة الاعلى وان اذاه العطش من احتداد المرار او من
تناول اغذية حارة ولم يكن الصبر فلمض شيئا يسيرا من الماء
البارد وكل مكان ابرد اقنع اليسير منه عن الكثير وهذا القدر
ينشط المعدة ويجمعها واذا امكن المصابرة الى ان تحفت اعلى المعدة
شرب من الماء دون رية باقتصار في مقداره وينظر فان عطش
بعد ذلك ففطشه كاذب يذهب بالصبر والنوم وهذا التدبير
اذا كان المزاج باردا والغذاء رطبا جدا واما اذا لم يكن كذلك فتأخير
الشرب الى ذلك الوقت مما يفسد الهضم والحاصل ان شرب الماء
يختلف بحسب اختلاف الاغذية والامزجة فاربعض الامزجة لا يجوز
منعه منه ولو في خلال غذائه الرطب كالامزق والفواكه الرطبة
وقد قيل اذا اردت شرب الماء فانظر قد رما يرويك فاشرب
نصفه فانه اصح لبدنك واقرى لمعدتك واقل لبولك واهضم
لطعامك واعلم ان شرب الماء في اثناء الطعام اشد امانا من الشرب
عقبه لان فيه مع ذلك فسادا اخر كنع استقرار الطعام
وتراكم بعضها على بعض واجتماعه في اسفل المعدة فان الهضم
في اسفلها اكمل لكن الا فسرله رحمه الله قال في شرح الموجز وسمعت
بعض الاصدقاء ان شرب الماء في اثناء الطعام يمنع تولد الحصاة
في الكلية واظن ان سببه ان الماء الوارد يمنع من تراكم اجزاء الغذاء

بعضها على بعض لانها اذا تراكمت واتصلت فاعل شيئا منها
يصلب في بعض المجاري بسبب حرارة شديدة تصادفه فيتولد ^{الحصاة}
لان ذاء ذلك الجسم الصلب الى الكلية بالماء الذي يشرب عقيبه
الحقيقة الخامسة والعشرون في المصابرة على العطش والجوع
بالنسبة الى الامزجة اعلم ان المصابرة على العطش والجوع نافعة
للمبرودين والمرطوبين لان المصابرة عليهما توجب هيجان الحرارة
الغريزية فتزيل البرودة بالضدية والرطوبة بالتشيف ولهذا
ينتفع المبرود بها واما المحرورون فيتضررون بالمصابرة عليهما
لانها بحرارتهم ح واستنزاهم صبرهم على الجوع انصبأ حرار الى
معدتهم فاذا تناولوا فسد طعامهم وشهوتهم ايضا لوجود طعام
فاسد فالمعدة ففرض لهم في النوم واليقظة ما يعرض لمن فسد
طعامه ويعرض لهم ايضا لوجود طعاما فليسد في معدتهم فحينما
ح الى شرب ما يحد ذلك من المعدة ويلين الطبع من المليئات
الخفيفة مثل الاجاص او شئ يسير من الشير خشت وانما احدث
الى المليئات الخفيفة لعدم الحاجة الى القوة اذ لم يتمكن المواد في
العروق والامعاء **الحقيقة السادسة والعشرون** فيما يضر
على الطعام وفسد الهضم وهو امور احدها الشرب المسكر
فانه على الطعام من اضرا الاشياء لانه بسرعة نفوذه ينفذ الغذاء
قبل الهضم ويورث الشدد والعفونة وثانيها الحلاوات

فانها اذا تناولت على الطعام اسرعت الطبيعة بجذبها قبل
الانهضام التام لمجتها اياها واورثت السدد والعفونة والشدد
توقع في امراض كثيرة كالاستسقاء واليرقان ولورم السوداي
في الكبد وبطلان الشهوة وثالثها الهواء الغليظ فانه بسبب ^{مخالطة}
من الارضية والرطوبة الردية اذا استنشق يغلف الروح ويفسد
مزاج القلب فيفسد الهضم لا محالة ورابعها الماء الغليظ فانه بما
يخالطه من الارضية تبقى على المعدة ويمنع من ملاقة الطعام جرم
المعدة فيطفو الغذاء ويفسد الهضم وح لو اريد تدبيرها ينبغي
ان يشرب عليه ماء حار طنج فيه عود ومصطكي للتطيف وتقوية
المعدة وخامسها استعمال الغذاء اللطيف قبل الغليظ فمن كان معدة
حارة اذا استعمل الغذاء اللطيف ولا اشتملت معدة عليه للطافة
واشتياقها اليه فاذا استعمل بعده الغليظ عافته المعدة
وتنفرت عنه فيفسد الهضم فان اضطر الى استعمالها يجب ان يقدم
الغليظ ويتناوله قليلا قليلا ثم يتناول اللطيف لان المعدة ح
يستغل بكل منها اما عن اللطيف فلان التغذية يحصل منه
بسرعة واما عن الغليظ فلانه يتقدمه والحصوله في قعر المعدة
انهضم هضم تاما وانما قلنا ويتناول الغليظ قليلا قليلا ليندفع
ما قبل وهو تقديم اللطيف على الغليظ اعلم ان الواجب على المستحض ^{المستحض}
العسر التحلل استعمال اغديه بسيرة لطيفة رطبة لقله ما يتحلل

منه وعلى التخليل السريع التحلل استعمال اغذية كثيرة جافة
لكثيرة ما يتحلل من البدن وهذا التدبير يلزم ما لم يكن في بعض
اعضاء البدن ما يمنع عن ذلك ضرورة لان ربما اضطررنا الى
استعمال ما يوافق العضو الالم وان كان مخالفا لحاجة سائر
البدن كما انه متى كانت الكبد باردة ضعيفة ضيعة المجاوى
اجتئنا الى استعمال الاغذية اللطيفة ويجتنب الاغذية الغليظة
وان كان سائر البدن محتاجا اليها لقصف والتخليل لئلا تحدث
الاغذية الغليظة في الكبد سددا ومتى كانت الكبد حارة فينبغي
ان يجذر صاحبها الاغذية الحارة الحلوة بسرعة استعمالها الى
المرّة الصفراء وان كان البدن محتاجا الى مثل تلك الاغذية ومتى
كانت المعدة ضعيفة اجتنب الى ما يقوبها ومتى تولد فيها بلغم
اجتنب الى ما يجلو وتقطع ومتى كانت الاطعمة بطفوق على المعدة
اجتنب الى استعمال اغذية غليظة ثقيلة رسب فيها والى حركة
يسيرة بعد الطعام ليخط الطعام عن المعدة قبل انفضاضه
اجتنب الى ما يفيض ويمسك ومتى كان الطعام بطئا لا يتحرك
اجتنب الى ما يجدره **الحديقة السابعة والعشرون** في تدبير
الامتلاء وفساد الغذاء اذا افطر في الاكل والشرب وعرض في
الغذاء الذي في المعدة فسادا فافضل تدبيره القى بشرب
الماء المغلي فيه الفجل والشبث وعرق السوسر المحلول فيه

السكجيين البرورى ان كان الجشاء حامضا وان كان دخانيا او ما
ثلا الى المرارة فليشرب الماء البارد بمثل السكر والليمون لانه يخرج
الفاسد بسرعة قبل ودوره في الامعاء وان منع مانع عن القي
بان لم يكن معتاد له او كان في صدره او حلقه اذى فليشرب الماء
المغلي فيه المصطكى والكمون مسحونا مرة بعد مرة حتى يتجدد الطعام
الفاسد الى الامعاء فان اتجدد الى الامعاء اعينت الطبيعة على الخرج
بشرب ما يطلق بالرفق من الادوية الغير المفرطة في الاسهال ثم
ان كان العليل محرورا ينبغي ان يستعمل الاطريفل الصغير وهو
مقوية للاعضاء العصبية دافعة لالات الغذاء من الفضول
او السكجيين السكرى فانه يقوى المعدة ويدفع الصفراء والبلغم
سيما اذا كان معه شئ من السهولة وان كان مبرورا فيستعمل الكرفس
الذى لم ينعم سحقه والجوارش التمرى والشهريار في لان كلا منهما
مع اخراج الغذاء الفاسد بالاسهال يقوى المعدة وينقيها ويتبدل
اعرض لها بسبب ذلك من الضعف ويعين على هضم ما بقى من
ذلك الغذاء ويدفع عنوائل الامتلاء فانه سواء كان من الطعام
او الشراب مضر جدا الا ان الامتلاء ومن الشراب اقل ضررا لكونه
الطف واسهل اخذارا واسرع انقعا لا وانفضاضا ومن اللين
الخفيفة التي تجدرها في المعدة ثلث حمصا من الصبر بما و حار
فانها تنقى الفضول الصفراوية والبلغمية في المعدة ويرد الشهي

او نصف درهم من الصبر ومثله من علك البطم ودانق بوري
روفي فان هذه الاشياء اذا استعملت بماء حار تنفع جدا لما فيه
من التليين والتنقية والجلاء وما هو خفيف ويجدر ما في
المعدة حمصتان او ثلث من علك البطم فانه يفعل ذلك من
غير ان يضر بالامعاء وربما جعل فيه مثله او اقل منه من البورق
فانه يجلب بقوة ويقطع الاخلاط الغليظة وما هو محمود في
ذلك جدا شيء من الاقيثون مع شراب الورد يسير ليكون فعلا
اسرع جدا وهذا التدبير كله على تقدير احتمال المزاج واوفق
الاشياء بعد اخذ الغذاء الفاسد الى الامعاء الحقنة فانها
معالجة فاضلة في بعض الفضول من الامعاء بالذات ومن
سائر الاعضاء بضرورة الجلاء فالحقنة النافعة في ذلك
للمرض ان يقع فيها البسفايح والنساء وعرق السوس المجرود
والخطمي المقشوب ونور الخبازي والسستان فان احتيج الى اقوي
منها زيد التدبير المروض وان احتيج الى تسخين وتحليل زيد
بزر الكرفس وبزر رايز باخ فان دعت الحاجة الى القوة منها
قويت بالسقمونيا والبورق بقدر الحاجة ويعمل فيها شيء من
الدهن والعسل او السكر ويصلح وحقن الصبيان العسل لما فيه
من الجلاء الرطوبات كما يصلح زيادة الدهن للمشايخ قال جالينوس
في كتابه المسمى بحفظ الصحة الحقنة بالزيت من اوفق الاشياء

للمشايخ فان الطبيعة المدبرة للبدن اذا قوت فعلها
بمشية بارشها ودفعت الاذية واغنت عن الحقن وغير ما يتدبر
الله الكافي ولطف المتدارك الثاني فان العناية لا تضر معها
العنايات فان تزايد الحال في احدي الصوريين فان الطريق في ملاطفة
واما اذا لم يحتمل شيئا من ذلك فلا يجوز الاقدام على شيء منه
بل التدبير ان ينام يوما طويلا وهجر الغذاء يوما واحدا اما النوم
فليعين على هضم ما في المعدة بسبب توجه الحرارة فيه الى الباطن
واما طوله فليفيد هضم ما في الكبد والعروق لا سيما لو اخذ من
اليها شيء من ذلك لاحتياجها الى زيادة مكث فيها واما هجر
الغذاء فلتستغل الطبيعة بالكلية بهضم ما بقي في المعدة وغيرها
ولا يتوجه الى وارد جديد واما كونه يوما واحدا فلكل لا يفرط الجوع
واذا خف بعد النوم والهجر المذكورين استعمل لتنظيف البقية وانتعاش
الحرارة الغريزية ولطف الغذاء لينفي القوة بهضمه ويتدارك بمقاساة
دفع الامتلاء فاذا فعل ذلك ولم يستمر بل يرى ثقلا وكسلا علم ان
ذلك بسبب امتلاء العروق من فضوله فان الغذاء الكثير المفرط وان
انهضم في المعدة فانه فلما نهضم في العروق لان الهضم فيها يحتاج
الى قوة قوية تكون جوهرها قليلة الحرارة وح لم يكن القوة قوية
لم نهضم فيها ويبقى نيا وتمددها فيورث ثقلا في البدن وكسلا
وتمطيا اما الكسل والثقل فلان تلك المادة تكون كالا على الطبيعة

لعدم الانتفاع بها في المعدة التقذية واما التمثيل فلا يحتاج الى الفضول
 البخارية الموجبة لذلك بسبب فطور الهضم في العضلات واردة
 الطبيعة دفع الموزي بجرها اياه واذا كان الامر كذلك لا يكفي
 للعالمات الخفيفة بل ان يعالج بما يستفرغ من العروق وذلك بالمسهلات
 المخصوصة بتقنية العروق **قاعدة يجب حفظها** لما كان النخمة اعداء
 للصحة اردت ان تبسط الكلام فيه فنقول ان النخمة من اعظم
 الاسباب قوة في فساد الدم واجلبها للامراض فيجب التحفظ من
 وقوعها والمبادرة الى صلاحها اذا وقعت لانها ان استدركت
 في المعدة ودفعت بالقئ ويولغ في التنقيتها من اكثر عاداتها وان
 استدركت في الامعاء ودفعت بالمسهلات او الحقن المذكورة
 فقد خلص البدن من نكابتها فان تزايد الحال في احدى الصورتين
 فالطريق في ملاء طفنة اما الاولى اذا لقي القئ وانقطع ووثق بها
 النقاء وان لم يكن البطن يابس اخذ شراب تفاح اورب حماض
 للاترج فان لم يستخف من حبس الطبيعة اخذ رب سفرجل اورب
 ريباس اورب رمان الحامض فان افسد القئ حتى تجاوز الاعتدال
 تركب له سفوف من سماق وكزبرة وطباشير وذرورد ويبقى بماء
 اغلي فيه عسا فلز ليج الكرم بررب السفرجل ويمضغ اغصان الكرم
 الرطبة الحامضة ويتبخر بنحو عطر وينام فاذا سكن يتنقل بالجو
 ثنات العطرة او الملية المطيبة او الساذجة بحسب المزاج ويتأمل

فان كان مع التي احتباس في الطبيعة فينقع الالباص الكبار والتمر
 هندي في ماء ويمرس ويبرد في يبر ويصفي ويختل بالتليين ولو
 يفتيلة مسهلة فان حدث قئ واختلاف معاجرعه ماء حار مرات
 فان سكن يدخل الحمام ويخرج منه فينام بعقبه فان انتبه واحس
 بجوع ينقع له زنة عشرة دراهم كوك مفتوت في شراب **يجب**
 عطر لمن شربه او في ماء ورد ورمال ومع قليل سكر ويتناوله وفي
 الصورة الثانية ان زاد الاسهال عن الاعتدال جرعه جرعات
 من ماء حار بقوة قد اغلي فيه مصطكي ومكون واذا نقيت المعدة
 والامعاء يستف زنة درهم بزر قطونا صحاح وشرب عليه شراب
 تفاح وشرب ورد بماء اغلي فيه الحظي مبرد في البئر فان قوى اسهاله
 يعطى سفوف حب الرمان وبعده رب السفرجل الساج وان خشيت
 ضعفا قوة بمرقة فروج دون جرمة قد اغلي فيه صندل مقاصير
 وحب رمان محمص مدقوق وقطع سفرجل ان وجدت ضعفا ظاهرا
 وان كان عنده عطش يستحب بزر الرجل العراقيه بعد دقاها في
 مشروبه فان زاد حتى احدث مزاجه ذر عليه الطباشير واطل المعدة
 والكبد من خارج بماء الاس ودهن سفرجل واخوص على تنويمه
 وتوديعه فان شكى عن وجع فؤاده مرخ المعدة من خارج **يجب**
 السفرجل مغلي فيه مصطكي وغبير واذا سكن ما يحبه من الاذي
 واحتاج الى اشتغال الطبيعة نقله بورد مربا ومجون عود **صندل**

بحسب المزاج واذا لم يكن محمولا ينبغي ان يدخل الحمام بسرعة واستعمل
في الصورتين ما هو الواجب واذا كان في اليوم الثاني يباكر الغداء
وقد احتفل بالحركة المتعد قبل تناوله وينبغي ان يكون جوهر غذائه
لطيفا كفرايج معمولة برمان او حصرية بلا جاش بل معصلة
ومقيلة بزيت الى ان يحمر ويحلى بسكر مكرر ويطبخ بمصطكى ودار
صيني او يقتصر على مصلوق بفرايج مفوهة بمصطكى وقرفة
حسب وهو الاول وليكن الغداء في مقداره اقل مما جرت
به عادته ويحترق فيها من ادخال اكل على اكل وعند اخذ الغداء
في الهضم يشرب من الشراب النافع الذي انا واصفه وهوان
يؤخذ رطلا من يقيع الزبيب وشله عسلا تقيا فيجعل في
اربعة ارطال من ماء المطر في قدر برام ويرفع على نار معتدلة
ثم يؤخذ دار صيني ودار فلغل وزنجبيل وقرنفل من كل واحد
عشر دراهم جوز بوا عشرة عدد مدفوقا ناعما ومصرورا في
خوفه مخملة وتلقا في القدر ويطبخ الى ان يبقى الثلث ثم ينزل
واذا برد يوعا في انية ملساء الداخل ويختم ويترك ثلثة
شهور ثم يؤخذ منه بعد الطعام من اوقية الى اوقيتين بحسب
المستعمل مزوجا بالماء ويلزم الدعة والنوم بعقبه وينتقل
الى الاغذية المعتادة قليلا قليلا ويمتنع من التخليط اسبوعا
او اكثر ويتعاهد القئ قبل تناول الطعام ويتوقى الاغذية

البطنة
الغليظة

البطنة الانضمام وقد يكتفى في شفاقهم الخفيفة بالصوم والنوم
وليكن معظم اجتهادك في تهديدك للقانون في حفظ الصحة الحذر
من النخم فلا شئ على الابدان اضر منها لاسيما اذا تكررت وشها ما تولد
عن اغذية مختلفة خاصة اذا كانت غليظة فانها تولد امراضا ردية
مزمنة واما ما تولد من الاغذية اللطيفة فهي مولد لامراض حادة مهولة
وقد يقتل النخمة القوية الخبيثة في يومها كما حققه الفاضل جالينوس
في حفظ الصحة التحفظ من الاكل الكثير والامتلاء الزايد عن الحاجة
قالوا ان المتخوم كراكب البحر ان سلم قيل فحاطروا ن عطب قيل مغرر
وقد احسن الشاعر حيث قال لا بارك الله في الطعام اذا
كان هلال النفوس في المعدة كم دخلت لقمة حشا شرة
فاخرجت روحه من الجسد فمن اراد ان يبقى صحتة يجب
عليه حفظ المعدة بتقويتها وبقوتها وتنقية تجاويرها وتلك
التقوية ينبغي ان يكون باستعمال الاطراف الصغرى وجوارش
المصطكى والجلبجيين السكرى وغير ذلك من المقويات **الحديقة**
الثامنة والعشرون فيما يتدارك به مضار كثيرة الاغذية
بطريق الاعانة على هضمها اعلم انه يتفق بحكم مطاوعة الشهوة او
صروده اخرى تناول اغذية غير موافقة للمزاج الاكل فيجب الاعتناء
بدفع غائلتها حذرا من وقوع امراض ناسبها فان كانت تلك الاغذية
حارة وخيف من ضعف الطبيعة عن اجادة هضمها ينبغي ان يستعمل

السكجيين سيما البروري اذا كان معمولا بالسكر فانه انفع للمحرورين
وان كان معمولا بالعسل فالساج منه كاف لقوة جلالة وتقطيعه
وان كانت باردة يستعمل ماء العسل وان كانت غليظة ينبغي
ان يستعمل المحرور من السكجيين القوى البروري ليحصل الامن
من السداد اذا اغذية الغليظة كثيرة الاستعداد لها والمبرود
ينبغي ان يستعمل الجوارشن الغلاء في او الكوفي فان كلاهما ينفع
في برد المعدة والكبد وسوء الاستمراء **الحديقة التاسعة و**
العشرون في ان اى الغذاء احفظ للصحة واية اغذية احفظ
للقوة اعلم ان الغذاء اللطيف احفظ للصحة لانه ينفعل عن القوة
المغيرة بسهولة ويستحيل الى جوهر البدن بسرعة وح لا يبقى منه
فضلة تورث مرضا والغليظ مع انه ليس كذلك لعدم استحالته
الى جوهر البدن لا يتوفر عمل من الطبيعة لكنه احفظ للقوة و
للحلافة لانه بتوليد غذاء قويا بسبب غلبة الارضية لا يندفع
عن البدن بسرعة ويبقى قوته فيه لكن يجب على صاحبه ان يراعى
امرين الاول ان لا يتناول الا بعد الجوع الشديد اما لان بقايا فضوله
غليظة فيصير على الجوع حتى يتحلل عن العروق والاوعية اولانه
يشير حرارته عند تناوله فينفع التصرف فيه اقوى لكن لا الى حد
ينصب المرار الى المعدة لانه مضر لما سبق الثاني ان لا يستكثر
منه بل يكتفى بالقليل لينضم جيدا فان قيل ان الحكم المذكور لا

يصح على الاطلاق لان الغذاء اللطيف ليس احفظ للصحة لمن يكون
معدته قوية للحرارة لا خيرا قد فيها سريعا والغليظ ليس احفظ للقوة
من يكون معدته ضعيفة لعجزها عن هضمه قلنا ان الحكم انما هو
بالنسبة الى صحيح المزاج والاعضاء اعلم ان الاطباء امروا ان يجتنب
كل غذاء يتولد منه اخلاء ط غليظة لرزجة والغذاء الكثير الفضول
والذي يغذو كثيرا جدا وان يقصد من الاغذية ما يكون غذا و
معتدلا في الكمية مائلا نحو القلة لان كل كثير عدو للطبيعة ومفسد
لها قال الشيخ في القانون والغذاء وان كان صديق القوة فهو عدو لها
لصدافته المرض الذي هو عدو القوة وقد علمت ان صحة الطبيعة
وستها وقوامها الاعتدال وكون الغذاء في كفيته محمودا مائلا للطافة
قليل مشبها ما لو فالد يدا سهل الانهضام يكون مقوما لها ولذا يجب
ان يجتنب حاقظ الصحة من الاغذية ما يغذو قليلا وهو مع ذلك
غليظ الجوهر كالقديد من اللحم والسمك والجبن قال جالينوس
الاطعمة القليلة الغذاء مد منها لا يطول عمره اقول لانه يقلل من
قوته ويجف اعضاءه الاصلية **الحديقة الثلاثون** في حكم الفواكه
مع الغذاء اعلم ان الفواكه الرطبة يجب تقديمها على الطعام ليكون
لها طريق النفوذ اذا انهضمت فلا يفسد ولا يفسد الغذاء فلو اخرت
لافسدت الطعام بسرعة استحالتها بسبب المائية وانما قيد الفواكه
بالرطبة ليفيد جواز استعمال اليابسة منها بعد الطعام واولا الى

تركها مطلقا اي سواء كانت رطبة او يابسة قبل الطعام او بعدها
لان كلاهما يملأ الدم مائبة يغلي في البدن عنصارتها ويورث الامراض
العفنية ولو اتفق تناولها يجب المشي والحركة بعده لينزل الى اسفل
المعدة ثم يتناول الامراق بعدها حتى يخرجها من المعدة قال القرطبي
اعلم ان كل ما انبتته الشجر من الفواكه الرطبة فهو مذموم الغذاء
للانسان على العموم لكنها يتفاضل في الرداءة فمنه ردي جدا كالزبيب
والنبق والرغور ومنه قليل الرداءة قريبا من الجودة كالتين و
العنب وجالينوس يقول انهما سيد الفواكه وهما اقل ضررا لكنها
لا ينفعك عن الدم المائي الا ازم لغذاء كل فاكهة وجالينوس كلام
فيه يقول عن حكم النضيجة للناس ويخلف بالله اكل الفاكهة قال
انه كان عادة ان يحكم كل سنة وان والده امره بتجنب الفاكهة فسلم
من الحمى في تلك السنة وانه داوم عمره كله على ان لا يأكل فاكهة
على حسب التجربة والقياس اقول صلاحة علينا في كون خلق كثير
يأكلون الفاكهة ولا يحجون اذا الفوائد واختلاف الاستعدادات
احكام اخر فلو اكل الهندي الخبز الجيد المحكم الصنعة ولحم الضأن
لمرض ضرورة ولودا ومنا اخذ الارز بالسمنك كما يفعل الهنود ^{هنا}
ضرورة والمقصود العلم بان الفواكه ردية فيقلل منها ولا يختلط
بالطعام وليؤكل منها كل ملين كالا حاص والعنب والتين قبل الطعام
ولا يتناول الطعام بعده حتى يخرج من المعدة ويتناول كل قابض

منها كالسفرجل والكثير بعد الطعام ولا يؤخذ ذلك الا قليلا
بقدر ما يشتد في المعدة فان الكثير منها يخرج الطعام عن المعدة
بغير هضم كذا قال الشيخ الرئيس في الكتاب الثاني من القانون في
السفرجل واشد الفواكه ان لا يستولى عليه الهضم بوجه ولا بد من
فضلة مائبة تبقى في العروق فيختلط مع الدم ويجري في العروق
ويغلي ويكون سببا عظيما لتوليد الحمى العفنية واما الفاكهة ^{اليابسة}
كالزبيب والتين اليابس والفسنق وقلب اللوز اليابس فليست
بردية ويحمد للتنقل بها بعد الطعام وخاصة الزبيب والفسنق
لانهما ينفعان الكبد جدا وصحة الكبد حاجتنا كذا قال جالينوس
في كتابه المسمى بحفظ الصحة ولذلك يتناول شيء يسير من الخلو الملام
بعد الطعام فانه جيد بهضم الطعام هضمها جيدا صحيحا والاول
وذلك اكل الزبيب بان يرمى حبه واذ غمس التين في الانيسون
المسحوق بالسكر واخذ على الريق امن من نفخه وكان مفتحا لجاري
الغذاء لذيذا مصليا اللون الفاسد مقويا للكلية والمثانة وقد ينفع
المحور في زمن الصيف باكل الفواكه الباردة كالا حاص والتفاح المن
والسفرجل والكثير والمشمش والبطيخ الاحمر وسيجيء صفات
جميع الفواكه وكيفية الاستعمال ومصلياتها على سبيل التفصيل
في الحديقة السابعة والثلاثين ان شاء الله تعالى **الحديقة الحادية**
والثلاثون فيما يتدارك به مضار الاغذية الغير الداوية باعتبار

الكيفية اعلم ان من تأذى بالقذاء الحلو ينبغي ان يتدارك بما يضاؤه
من الخوامض لان اكثر مضار الحلو هو استحالته الى المرار واستقاط
الشهوة وامثال ذلك والخامض يؤثر اضراراً هذه لانه يقع الصفراء
ويقوى الشهوة ويفيد التبريد ومن تأذى بالقذاء الخامض يتدارك
بما يضاؤه من الحلو وما فيه حرارة قوة كالعسل فانه يضاد اثره
في البدن لقوة حرارته ومن تأذى بالقذاء الدسم يتدارك بما
الغصص كحب الاس والحربوب والرغور لافادة هذه الاشياء
تخفيف رطوبة الدسم وكذا العكس **الدرية الثانية والثلاثون**
في تاثيرات الاغذية باعتبار المداومة عليها اعلم ان مداومة
الاغذية اليابسة تسقط القوة وتفسد اللون وتجفف
البطن اما الاول فاما لقلة تولد الروح عنها لان الروح يتولد
من الاجزاء الهوائية والاغذية اليابسة تغلب عليها الارضية
فلذلك يقل تولد الروح عنها او لا يحتاج الاغذية اليابسة في
الاستحالة الى عمل كثير يقتضي الضعفاً ما اكثره تعب الطبيعة
اولتاخر بدل المتحلل عن الاعضاء واما الثاني فلقلة نفوذ الدم
المتولد عنها الى الظاهر بسبب غلبة الارضية وذلك يوجب
قشف الجلد ومداومة الاغذية الدسمة تكسل البدن وتذهب
الشهوة اما الاول فلا فادتها اكثر الرطوبة المرحية واما الثاني
فلا يتلار في المعدة المتأثرة فكما شفا الذي لا بد منه في الشهوة ^{مدو}

للخامضة تجلب الهمر لقلة ما يتولد منها من الرطوبة والضعف
للحرارة الغريزية بسببها وتكبح البلاغم وكذا حكم الاغذية الحريفة
فانها بحرقتها توجب زيادة الاخلاط الموجبة للشيب ومداومة
الاغذية المالحة تضر بالمعدة والعين اما بسبب لدغها او تنشيفها
الرطوبة الفاضلة بحرارتها وجلاؤها ومداومة الاغذية اللزجة
تورث السدد وضعف المعدة لانها تتخدر بسرعة تشبهها بالعضو
ولذلك يكون الخيار بقشرة اسرع اخضراراً من المقشر بسبب ما في بطنه من
الجلاء المانع من تشبته بحمل المعدة فيسرع اخضاره وكذلك الخبز ^{لثا}
اسرع اخضراراً من المخول لما في التخلل من الجلاء وليفهم ان ملازمة
الحمية في حال الصحة منهي عنها وليست بمحمودة فانها ينهك البدن
وتهزل وتقل الحمة ودمه ونحوه ونذا قال النبي صلى الله عليه وسلم
اشان لا يصح الصبح المحمي والمريض المخلط والمراد بالحمية ان يلطف
الغذاء تلطيفاً بالغامثل ان يغذي بالفرايج ومرقها او تلطيفاً
في الغاية القصوى مثل ان يغذي باطراف الفرايج هذا قول الشراح
النقيسي وظني ان المراد بملازمة الحمية هنا ان لا يأكل الانسان
ما يشتهي نفسه في الصحة سواء اقتصر على ما مراواقتصر على قليل
من خبز وهو يشتهي اللحم وغيره وانما ينهك البدن ويهزل لان
الطبيعة اذا اتبعت شهواتها تسأم وكذلك تسأم من غداء
واحد اذا لم يكن خالياً عن طلب غيره وذلك مما يوجب تفرقها

عن الذي يأكله في الحمية فلا يتصرف فيه ولا يقبل عليه فلا نهضم
 فلا يحصل بدل ما يتحلل على قدره فينك البدن لكثرة التحليل
 ولذلك ترى الزهاد عجافا ضعافا فالحمية في زمان الصحة ضارة
 كما يضر التخليط في زمان المرض بل يجب التحرز من الغذاء المول للخلط
 الذي يتأدى به البدن وإذا اشتوى منه قلل مقداره واسبقه مما
 يصلحه وإذا احسن خلط غليظ في معدته يتناول شيئا من المولح و
 الحريف لتذيب ذلك الخلط وتقطع حتى يسهل على الطبيعة دفعه
 من الجهة التي إليها أقرب ومن كان حافظا لغدائه في الكم والكيف
 والزمان جاريًا في تربيته على ما ينبغي فانه لا يحتاج الى استفراغ
 ولا رياضة ولذلك وإذا وقع خطأ في استعمال شيء من الأغذية
 تربص ولا يأخذ بعده غذاء حتى نهضم عن المعدة وينقي بالحدارة
 وينظر فإن حدث منه سوء مزاج قوبل بما يضاذه كذا قال بقراط
 ومن كلام جالينوس يجب ان يحفظ متحفظ في امر غذائه حتى يجري
 امره دائما على الاستمرار ومن أكثر الأمراض **الحديقة الثالثة**
والثلثون في احكام يحصل للغذاء باعتبار جمعه مع اخر اعلم انه
 نقل عن اصحاب التجارب من الهند وغيرهم انه لا يجوز الجمع بين
 اللبن والخوص كالخل وغيره لان الخوص تغد اللبن للتجبن في المعدة
 وذلك من اضرار الاشياء وربما يؤدي الى البرص عافانا الله تعالى
 منه وقيل هذا مختص باللبن الحليب وهو الاظهر ولا بين السمك

واللبن لانها مع كونها غليظين سريعاً الفساد والاستحالة فيمكن
 استعمالهما الى الدخانية والسوداء او الى البلغم الغليظ وعلى الاول يورث
 الجذام اللصع عافنا وعلى الثاني البرص وربما يحدث عنها القولنج
 بسبب توليدهما الرياح الغليظة عسرة التحلل والخلط الغليظ
 اللزج ولا بين ماست وجف والم طيرها الاول فانهما غليظان وفي
 الفجل قوة منعقدة ولا يؤمن من وجع المعدة والامعاء والثاني
 فانه ان جمع من الكبار من الطيور لزج الجمع بين الغليظين وان
 جمع مع الصغار لزج جمع بين الغليظ واللطيف قيل لو طبخ اللبن
 بلحم الدجاج والعصافير وجود الخلط بينهما لم يكن في ذلك زيادة ^{مضرة}
 ولا بين سويق وازن بلين لكونهما منصفين ولا يجوز تناول دسم
 كان في اناء نحاس يتغير طعمه وكسبت كيفية مضرة منه وكذا قيل في
 خل ترك فيه ولا يتناول شواء شوى على حجر الخروع لتغير جوهره بما في
 جوهر الخروع من الفساد ولذلك يضر الاستظلال بشجر ونقل
 منهم انه لا يجوز الجمع بين السمك الطري والطيخ خوفًا من حدوث
 وجع السن والناصور ولا بين اللبن والخمر هذا من حدوث
 النقرس والاسترخاء ولا بين الارز والخل خوفًا من حدوث
 وجع المعدة ولا بين العسل والبطيخ الحلو ولا بين الباذلج ^{بين}
 واللبن ولا بين اكل السمك والجاع خوفًا من حدوث اللقوة ولا ^{بين}
 الحماة وشئ من الحوامض خوفًا من حدوث الجرب وهت الاطباء

عن اللحم البايطة حتى قال ابن زهرانها من مواد الاسقام ونهوا
 عن ادمان الاكل والشرب في اواخي النحاس وزعم ابن زهرانه يعقب
 الجذام وحدها وضع الدنانير من الذهب المفسولة في الطعام حال
 طنجته وقالوا انه يكسبه قوة نافعة للابدان وكذلك الشرب في اواني
 الذهب والفضة وطنج الطعام فيها فاعل لذلك واحق بهما الملوك
 واكابر الدنيا وليس ذلك في قدرة كثيرة ممن يروم حفظ الصحة بل
 يختار فيها الطنج في قدور البرام والخرف المدهون الداخل وافخر ما
 اكل الطعام في الصبني وبعده البرمية المائي والقاني وفي القصيع التي
 تعمل من خشب محمود الكينية كالطرفاء والاثل ونهوا ان يوكل طعاما
 بدا فسادا وما كان نيا او متخرقا او مدخنا او ما لا يعرفه او يتغير
 نفسه منه او الطعام الشديد السخونة كالذي تنزل على النار بل يهد
 واللحم المطبوخ اذا بات فانه اراد من غير المطبوخ البايطة ونهوا
 بجبناء الاطباء عن الجمع بين حارين او باردتين او الزجيين او ^{مستحيلين}
 اوقاضيين او غليظين او مرخين وراوا ترك اللام واعتياد
 السكون على الاكل لتسكن النفس عند ذلك وتأخذ الطبيعة بقسطها
 منه وراوا الصواب ان لا يعقب الغداء الخلو بلا مهلة فان الكبد
 يجب الخلو لئلا يسه طعم الدم فيجذب به الكبد وينجذب معه بالضرورة
 شئ من الغداء وهو في لم ينهضم هضمه العاجية فيتولد عنه
 السدد وافهم انه قد اجتمعت الاطباء على ان حفظ المجاري والعروق

كلها من اكبر المهمات في دوام الصحة ومجبان يحفظ من ان يفسد
 او يتغير لا سيما مجاري الكبدية لان الكبد رئيس في توليد الغداء وتحويل
 صفوه وتصيره دما ويرسله الى جميع اعضاء البدن فلا يستقيم
 عيش الحيوان الا يكونها مفتحة السبل نفية المجاري سالمة من السدد
 والضيق ليحري فيها الارواح والاخلاط ويندفع منها الفضلات
 قال الفاضل ابقراط انا كنا ضحايا حيق طيبة فبصحة اكبارنا وقال
 الفاضل جالينوس من الضر ان يكون منا قذا الغداء ومجاريه من
 الكبد مفتحة نفية واما بعد مضى ثلاث ساعات واربعة من حين
 الاعتناء فان الشغل بالخلو مما ينهض القوة الهاضمة على الاستمرار
 والخلو المحمود هو الورد المزجي ومعجون الانرج ومعجون السفرجل
 وجوارش العود بالسكر فقط من غير ادوية حارة يتنقل منه
الحديقة الرابعة والثلاثون في افضل الاوقات للاكل في اليوم
 ذكر الاطباء ان افضل اوقاته في الصيف بردا وقات النهار و
 في الشتاء استرخا وفي الربيع والخريف اعدلهما قال الشيخ الرئيس
 في القانون افضل اوقات الاكل في الصيف الوقت الذي هو ابرد
 سكت عن البواق وهذا يحتمل على معنيين الاول ما ذكره والثاني
 ان افضل اوقاته في الصيف ذلك وفي بقية الفصول الوقت
 المعتدل من النهار اعلم ان الواجب على حافظ الصحة ان يراعي
 اوقات الاكل رعايدة جيدة وان يحترز بما يفعله الجها وهو

اقتصار الغذاء وقتا واحدا بحيث لا ينفذ فيه كالصلوة المفروضة
لوقتها من غير التفات الى الشهوة الصادقة وهذا خطأ كبير جدا كثيرا
الاذية جالب للابناء عدة امراض ردية ينبغي لحافظ الصحة ان
يتوفى عن ذلك بوقاية الله تعالى قال الاسرثلي فليكن اخذ الغذاء
في الصيف بواكره والعشاء عواصره كما حكى عن الاصمعي قال قلت
لاعرابي يقولون خير الغذاء بواكره فسا يقولون في العشاء قال
خير العشاء عواصره حتى يكون هذا باذاء ذاك وفي الشتاء وسط
النهار وعادات الناس مختلفة في الاغتذاء فاكثرتهم يتغدى و
يتعشى والذي عليه راي الجمهور من الاطباء الاسنادين هو
الاقتصار على اكله في اليوم وثلث بين يومين على ما ذكرناه في الطريقة
الحادية والعشرين وقال بعض الاطباء من القدماء ان العشاء
خير من الغذاء في الربيع والخريف واجتماع الحرارة في باطن البدن
كبرد الليل والنوم الطبيعي لكن يكلف مستعدا بامر من احدهما
استعمال ما يمنع البخار من الصعود ويقوى فم المعدة والسنة
السهر قليلا الى ان يخدر غذاء الى قعر المعدة ثم يتحرك بحركة
لطيفة وينام بعد ذلك في دعة الله تعالى والغذاء الذي يتناول
في العشاء كثير خير من الغذاء الذي يتناول في الغذاء في
الليل من اجتماع الحرارة الغربية في باطن البدن ووفور النوم
وفي النهار بالضد من ذلك **الطريقة الخامسة والثلاثون**

في احكام الطعوم ان الحلو من المعطومات في الاكثر حار يجب الكبد
ويجذب القوة سريعاً ولذلك يقال انه يولد السدد الا ان حرارة
الحلو ليست بالقوة وهو كثير الغذاء مغلظ مخضب للبدن معتدل
الحلاء موافق للبدن الصحيح والحامض قليل الغذاء معتدل التبريد
ملطف مهزل للبدن ليس بموافق للبدن الصحيح معتدل في التقطيع
والتلطيف والمالح اقوى سخا من الحلو وهو مخفف للبدن
لا يغدو غذاء مناسباً له مانع من العفونة والمراقى اسخا من
المالح وهو مخفف للبدن لا يغدو ملطف مقطع والخريف اقوى
حرارة من المرو هو دواء لا غذاء يقطع ويلطف ويسبح ويلدغ والتف
منه ما يسخن ومنه ما يبرد الا انهما معتدلان ومنهما جبل الغذاء
وعليهما المدار في تغذية البدن ونموه وهو غذاء لا دواء والدسم
قريب المأخذ من التفه يسخن قليلا ويرخي ويلين ويمسح وينع
الخريف والمالح والمرو العفص من شدة حوائها والعفص يبرد باعتدال
ويصلب ويخشن ويقوى ويعقل ويغلظ والحلو يدفع تبريد الحامض
ومضرية بالعصب وتهيجه للرياح والحامض يدفع تقطيش المالح
واسخا والمالح يدفع ممر الحامض بالاغصاب للذعة فم المعدة
والدسومة تذهب قمل البدن من الملوحة وتخففها ويعطشها
والملوحة تذهب ارخاء الدسم للمعدة وبساعتك واستقامة
للشوة والقانض يدفع ارخاء الحلو للمعدة والحلو يدحض القانض

للصدر وشدة عقله للبطن وكذلك يعدل الدسم والقابض أحدهما
 أحدهما الآخر لأن الدسم يرخي والقابض يجشش والحلو باعتدال
 يملس وبافراط يجلو ويجرد والمريد في توليد السدد من الحلو
 وهو يدفع اللدغ والجرد من المر والحريف يلطف غلظ التفتة والدسم
 والدسم والتفتة يمنعان الحريف من الجرد واللدغ والسبح والحامض
 والمر والحريف كلهما يلطف ويقطع إلا أن الحامض مع تلطفه لا يسخن
 والمر يسخن لا بافراط والحريف يسخن بقوة والدسم والتفتة غليظا
 إلا أن التفتة يبرد مع تغليظ والحلو يلطف بالذات ويغلظ بالعرض
 وذلك أنه نفسه يلطف تلطيفا يسيرا لكنه لذيذ مشهي فتجذب الأعضاء
 أكثر مما ينبغي فيحدث عنه غلظ ولذلك يحدث عنه السدد في أكثر
 الأكثر الأحوال والحلاوة قد تكون في جوهر غليظ كالتمر من المفرا
 والفلودج من المركبات وقد يكون في جوهر لطيف كالعسل وقد
 تكون في جوهر قابض كحب الآس فإذا اجتمع الحلو والحامض تقطع
 ويلطف باعتدال ولم يسخن ولم يبرد كالسكنجبين وإذا اجتمع
 الحلو والدسم غدا غدا كثيرا وغلظا كالحال في الجلاء ويؤا
 اجتمع المر والقابض وقطع وقوى الأحشاء وفتح السدد
 وقت الحسا كالحال في الراسن وإذا اجتمع القابض والمالح
 قتل ويبتسر وكان غداؤه قليلا رديا كالحال في الزيتون الماء و
 إذا اجتمع المر والمالح جفف شديدا وكان دواء لاغذاء كالكبر

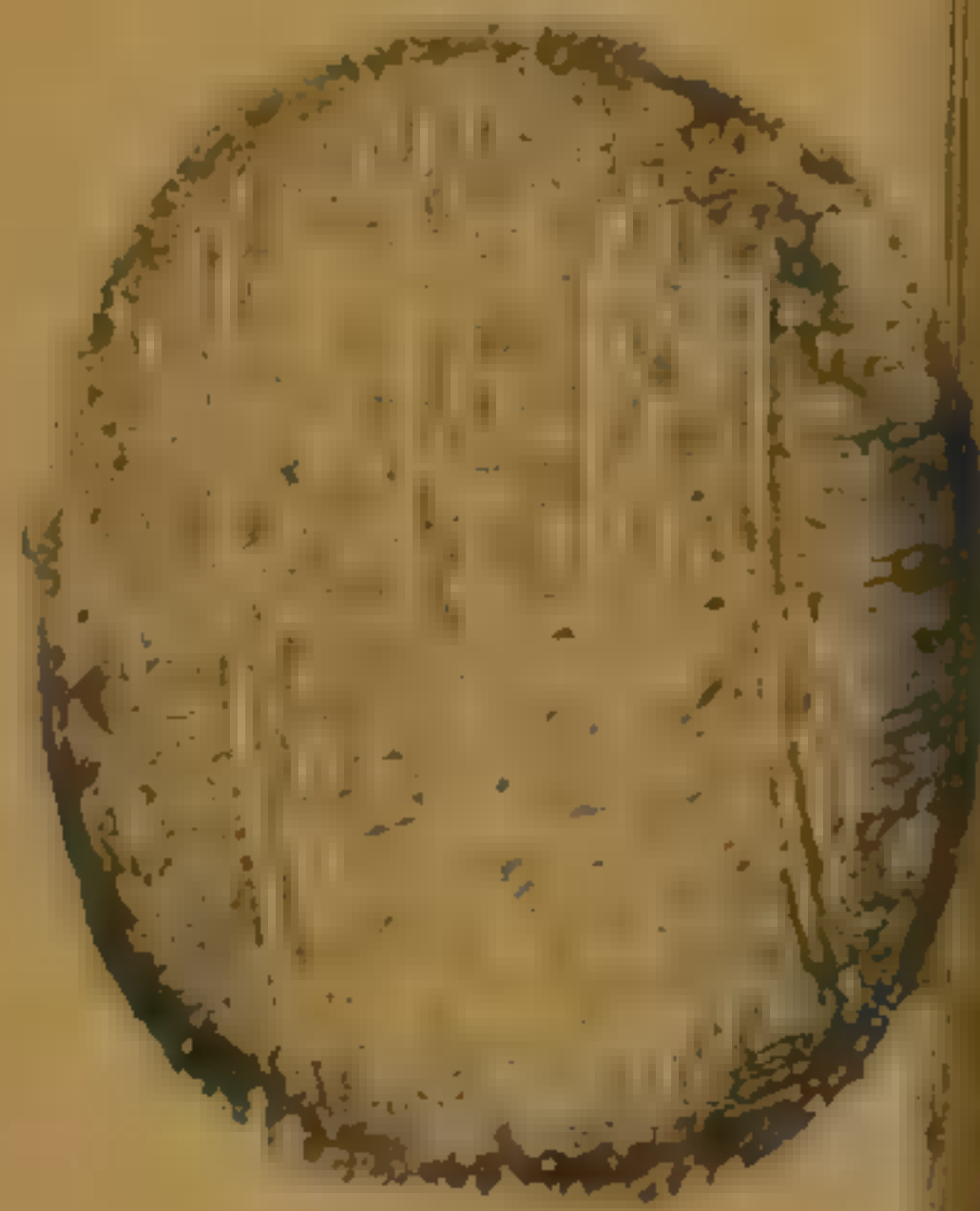
المالح وإذا اجتمع المالح والحريف سخن وجفف بقوة وكان دواء
 لاغذاء وأصلح استرخاء المعدة وبردها ونفع المبرودين والمتر^{طوبين}
 كالحال في الجوارشنيات وإذا اجتمع القابض والحامض يبرد تبريدا
 قويا وقع المرة والدم وعقل البطن وأضر بالصدر والريّة كالحال
 في الحصر **الدرية السادسة والثلاثون** في طبائع الاطنخة
 ومنافعها وكيفية طبعها **الشوار** يختلف بحسب الحيوان فإن
 كان متخذاً من الكبير كان حاراً يابساً غليظاً كثيراً لاغذية عسر
 الهضم بطي الاخذار عن المعدة ولا سيما إن كان هزلاً فهو عاقل
 للبطن لكنه إذا نهضم قوى تقوية بالغة وإن كان صغير الجثة
 فهو أخف وأمرأ وأسرع انهضاماً وأقل تغذية وأرطب ويضر الشوار
 أصحاب القولنج ولا سيما إن أكل بالزيت **المقلي والمطبخ** من اللحم
 حار يابس قليل الغداء بالاضافة إلى ذي الأمرار وغير موافق
 للأبدان اليابسة فلذلك يوافق المرطوبين ومن يتجشأ جثاء
 حامضاً وإذا شرب عليه الخل لطف وسرع هضمه وما قل منه بالزيت
 كان أخف وما نزل بالابزار الحارة أو ترك عليه المرى وحده كان
 آخر والمقلية يولد ما كثيراً وتخصب البدن وتصلح لأصحاب
 الأمزجة الباردة ويصلحها المرى والدارصني والخولجان ولا
 الأمزجة الحارة ينبغي أن يضاف إلى المرى **الكتاب**
 من اغذية الشتاء حار غليظ كثيراً الغداء عسر الهضم لكن إذا نهضم

قوى الابدان واخلف بدل الاستفراغ وحسن اللون وينبغي
لمن اكله ان لا يخلط به غيره من الاغذية وان يוכל على جوع ويقل
الشرب عليه **اللحم المسلوق** وهو الخني غداء صالح مقول للابدان
زائد في الدم والمني يوافق اصلي الرياضة والمعدة القوية **الهرسية**
اجودها ما اتخذ باللحم الطيف والنقي وهي حارة رطبة تنفع الباه
وتريد المني وهي من اعدل الاغذية لبدن الانسان المعتدل المزاج
الجيد الهضم وهي كثيرة الغذاء يوافق اصحاب الكد والرياضة وفي
غيرهم يبطل هضمها وتضر بالمعدة الضعيفة وتولد في البدن فضولا
كثيرة غليظة وتولد السدد والحجارة في الكلى والمثانة لاسبابها
مع ما عمل منها باللبن وتولد الدود ويصلحها المري والليمون
والفانيد بعدها واما ما طبخ منه بالارتر فغداؤه اقل من **الهرسية**
واسرع انفضاما **التكاج** اجودها المعتدل المزاج وهي معتدل
لحر الرطوبة ينفع لكبد الصفراوين والدمويين ويقوى الشهوة
وهي سريعة الانضام ويهزل البدن وتسبح ويصلحها ان يحلى
بالشهد وصنعها ان يقطع اللحم قطاعا متوسطة ويغلى و
يترك بعد غليانه زمانا لينشف ويسلق الجز والبصل والكرث
ثم يخرج وقد زالت عنه الزوجة فيغسل بالماء البارد ثم يغلى
بالخل والابازير والبقول ثم يطرح اللحم ويكون وقودها ساكنا
ويغذب بالسكر والعسل ويصغى بالزعفران ان ارادها

صفرا وان ارادها حلوقية التي فيها نشاستج العصير المقصر في يوم
الديك بريكة وهي معتدلة في الحرارة والبرودة يابسة نافعة
للمحرورين مقوية للمعدة الضعيفة الاستمراء والتي فيها بلغم واجودها
المعتدلة للحموضة والملوحة وهي يضر بالسوداوين والخفاء ويصلحها
خبير القرع وصنعها ان يقطع اللحم ويجعل في قدر ويلقى عليه حمص
مقشر وكزبرة يابسة اورطبة ويصلح وكرات فارسي ويطرح
عليه ما يعم من الماء وشيء من الشيرج ويغلى ويؤخذ رغوته
ويلقى عليه خل خمر ويطبخ حتى يتبين طعمه ثم بعد ذلك يستحب
قوم ان يعدلوه بالسكر ثم يلقى عليها المري ويقلى ثم يلقى عليها
كزبرة يابسة وفلفل ويغلى فانا نصحت فليؤخذ وطيب
ويذاب شيء من المرق ويعاد الى القدر ويلقى فيها سذاب ويلقى حتى
يتشرب او يرفع **الحصرمية** وهي اشد تبريدا يقع الصفراء وتبرد
وتعقل ان كانت من حصر طري ويضر بالصدور الضعيفة
ويصلحها اللوز المر والمختدة بماء الحصر الطري تولد رياحا
في المعدة والمعاء لكونها من ثمرة فجة فان حدث فيها ذلك فليؤخذ
بعدها شيء من العسل والزبيب وصنعها ان يقطع اللحم السمين
اولدجاج عن مفاصله ويلقى في القدر ويغرق بالابازير مثل
الكزبرة والكمون لمن اراده والاجود ان يكون بماء الحصر
العتيق العذب فان كان الحصر حديثا القى في اناه وعصر

باليد فهو اولى من طبخه بماء ثم يلقى فيه يسير من ملح وطاقات
 نفع وصعرو ويترك ساعة لياخذ طعم ذلك ويصفوا ثم يلقى على
 التبخير ماء ويمرس ويصفى ويلقى فيه نفع وسناسب وقضبان
 البقلة الحما فاذا انضجت التي فيها اللوز المربا فان كانت ناقصة
 المحوضة التي فيها ماء الليمون بقدر الحاجة ثم يقطر بماء الورد
 من يلقى فيها الكراث والجزر والبصل فليسلفه في قدر اخر بماء
 ومن احب ان يعملها باللبن الفارسي فليطبخ فيها منه ثلثة ارطال
 على ماء المحصر فاذا على التي اللحم فاذا نضج اللحم نصف نضجة القيت
 ثوابله وما نضج **الشماقية** احودها الذي بالسماق الحديث
 الاحمر باردة يابسة ينفع من ضعف الاحشاء الحارة وتحبس
 الطبيعة وينفع من نزف الدم ونفثه وهو نافع للحمورين
 واصحاب غلبة الدم فمن اراد حب الطبيعة جعل معها قضبان بقلة
 الحما وورق الخاض ومن ارادها ان لا تحبس الطبيعة جعل
 معها السلق وهو ينضج بالصدر ويصلحها المهلبية وصنعتهما
 ان تقطع اللحم السمين ويقرق بالشيرج والبصل والابزار
 الرطب ثم يشيرج الاحمر ويلقى عليه كزبرة ويسير قرنفل ثم يلقى
 عليه ماء السماق قد نضج واخذ صفوح من غير ان يعصر ونفع
 وجوز مدقوق **الزركشية** وهي باردة يابسة تنفع اصحاب
 الامزجة الحارة والاكباد الاستفراغ الصفراوي وهو من

افضل القوابض لذة ومنفعة سيما اذا عمل بالدرايج والطياريج
 والفرايج وينضج بالاعتقال ويزيل ذلك حلو السكر وصنعتهما
 كصنعة السماقية **الزيرباج** احودها السكجنينية المزاج وهي
 معتدلة تولد دما معتدلة وينفع اصحاب الامزجة المعتدلة
 ولا يكاد ان يضر الغير المعتدلة ويسكن الاخلاق وتزيد القوى
 ويفرح القلب وربما اضرت بالمعاء ويصلحها السكر وصنعة
 الزيرباج ان تقطع دجاجة على مفاصلا ويجعل معها اقطاع دار
 صيني وشيرج وحمص مقشر ويصب عليه ما يغمر من الماء فاذا
 على يؤخذ رغوة ثم يطرح عليه نصف رحل خل خمر وربع رحل
 من الجلابا والسكر المدقوق ويناف الكل بماء ورد في صحن
 ثم يطرح عليه اللحم ويطرح عليه درهم كزبرة مسحوقة منخولة
 وعود سذاب ثم يصنع بالزعفران لمن ارادها صفرا ومن ارادها
 حلوقية جعل مع الزعفران نشاستح العصفرو يمسح القد بما
المصلية وهي باردة معتدلة الرطوبة تنفع الصفرا وتلطخ
 المعدة ويصلحها حلو السكر وصنعتهما ان يقلى اللحم بالزير فاذا
 تفرق طرح عليه اللبن الفارسي والمصل المحكوك بماء حار ويطبخ
 بنار معتدلة حتى ينطبخ **المضيرة** احودها المعتدلة المحوضة
 مع ليمون ملح وهي باردة معتدلة الرطوبة تنفع الصفراء
 ويغنى غذاء كثيرا ويطبخ المعدة ويولد البلغم ويضر اصحاب



الامرجة الباردة ويصلحها حلوا السكر بعدها وان يطرح فيها
 الارز الحارة كالدارصيني والفلفل والخولجان وصنعتهما
 ان يقطع اللحم اوسا طامع الالية وان كان فيها فراخ قطعت
 على مفاصلها ثم يعرق وطرح عليها اللبن وجعل فيه الليمون
 المملوح والتفنج الطري ويطنج بنا رينة معتدلة على الجمر
 ليهدى ثم يرفع **الاسفانا خية** معتدلة الحرارة ملطقة ملينة
 للطبيعة ويحدث رياحا وتسخينها للبدن بحسب مقدار ثوابها
 ملينة للصدر صالحة لاصحاب السعال وصنعتهما ان يقطع
 اللحم ويفسل ثم يطرخ في القدر ويحرك حتى يذهب ما شئت ثم
 يطرخ عليها الكمون والكزبرة المدقوقين ولب بصله مدقوقة
 وقطعة دارصيني وشيرج ثم يعرق اللحم بذلك ثم يقطع ^{سفاخ} الالية
 صفارا ويطرخ معه ويقل حتى ينشف ما شئت وتفوح رائحته
 ثم يطرح عليه الماء ويقل على حتى يقارب اللحم النضج ثم يطرح
 الارز عليه بعد غسله وتوقد تحتها بنا رهادية حتى ينضج ثم
 يسلى اما الالية مع دهن الفالودج ويجعل عليها عند عرقها
اللفتية وهي حارة في الثانية رطبة في الاولى تريد الباه واذا
 انضمت غذا جيدا وهي تولد الرياح وهي عسرة الهضم ويصلحها
 الثلث وصنعتهما ان تعمل بالارز والشلج واللحم **الكربنية**
 وهي حارة ما فيها جلاء يسير ويلين الطبع وتحفف البدن وتوزي

البصر وتولد السوداء ولذلك ينبغي ان يطبخ بلحم سمين ودهن
 كثير ويتبع بالثلث وصنعتهما كالاسفيداج ويقطع فيها
 الكرب ويعمل في الدجاج **اسفيداج** اجودها المعتدلة الملوحة
 وهي حارة رطبة تنفع من القولنج وخاصة اذا القى عليها بسفناج
 ولكنها نفث ويصلحها اكل الليمونية وصنعتهما رطلين لحم يطرح
 في القدر ويلقى عليه اوفيتان شيرجا وملح وحمص مرصوص وينضج
 على نار معتدلة ثم يسمق الكزبرة مع بصل في جرح حتى يصير كالمخ
 وقدرا كفاية من الملح ويلقى فيه ويمسح جوانبه بما ورد **الليمونية**
 هي تقارب الحمية في افعالها وهي اقل رياحا وانفع للمعدة و
 يصلح لمن اصابه الحار وصنعتهما يؤخذ اللحم اللطيف السمين فيقطع
 اقطاعا موسطة ويعرق في القدر با بارز ويلقى فيها اقطاع
 من الدارصيني وشيئا من الشيرج فاذا تلهوج القى عليه ما للحصر
 فاذا غلى كسشت مرغوة ثم القى فيه بصل مقطع وباقة تفنج و
 القى عليه نصف رطل ماء الليمون فاذا غلى مسح جوانبه القدر بما
 الورد والقى فيها ربع اواقى لوز مقشر فان كانت شديدة الحوضة
 عذبت بسكر وعسل وقد يجعل في حمله اباريزها زنجبيل مدقوق
 ويخرج منه التفنج ويحدد غيرة **الرومانية** تنفع من ضعف ^{جنا}
 الحارة ويجلب الطبيعة وخاصة اذا القى فيها ورق الخماض وعيدان
 البقلة وينفع من نزف الدم ويضرب بالصدر ويصلحها المهلبية

وصنعها كالحصية والسماقية **التفاحية** أجودها المزة العطرة
وهي باردة يابسة ينفع من خلفة المراد وللكد الحارة والمعدة
الضعيفة ويضر بالسعال والقولنج والباء والعصب والمفاصل
وأصلها أن يتخذ بدجاج سمين واتخاذها يكون بماء التفاح
الحامض المقشر من حبه المدقوق في حجر المصفا ثم يعمل كعمل **الحصية**
الحديقة السابعة والثلاثون في طبائع الفواكه وكيفية استعمالها
وفي مصطلحاتها **العنب** أجوده الكبير الحب المرقق القشر وهو
حار رطب يسمن البدن ويسهل الطبيعة وغذاؤه جيد تولد منه
دم جيدة وينفع الصدر والرئة إذا رمى بقشره وحبه إلا أنه يضر
بالمثانة وليؤخذ بعد العنب مصطكي وزنجبيل خاصة إن كان به
نفخ والمقطوع المتروك يومين أو ثلاثة خير من المقطوع ليومه
وقشره وحبه لا ينهضان أصلاً **التين** أجوده أبيض القشر
وهو حار لين في الأولى مدر للعرق ينقي الكلى والمثانة وهو أكثر
الفواكه غذاء واحدها خاصة إذا كان بالغاً والبالغ منه كثير الغذاء
يسخن ويسمن خاصة إذا أكل مع اللوز والجوز ويفتح سدد الكبد
والطحال ويلين البطن إذا أكل قبل الطعام وينفع الحلق والصد
وفيه شيء من النقي والاضداد بالمعدة وتعطيش والاحراق
للخيط ولذلك يولد القمل خاصة إذا أكثر منه وينبغي أن يشرب
المحور بعده السكبين والمبرود شراباً عتيقاً ومن تنزه عنه

فليشرب زنجبيل المربي **التفاح** الحلو منه معتدل الحرارة رطب
وخصوصاً الفتي والاصفرهاني والشامي وهو يقوى المعدة والقلب
ويجس البطن وليس سريع الانهضام ويجسن الحلق وينستر النفس
وينزل الغشي بعطريته إذا امتص مع ماء الورد وشرابه ينفع من
الذئوب واسهال الصفراء والحامض منه أكثر برداً يولد خلطاً
لطيفاً والعفص يابس يدفع المعدة والتفاح كله يضر المعصب
والمفاصل ويصلحه الجلبجيين الشكري **الخوخ** أجوده ما خرج
نواه بسهولة وأردأؤه ما عسر خروج نواه وهو بارد رطب
في الثانيه مولد للبلغم الكثير سريع الفساد والعفونة في المعدة
والصلب الجرم منه بطيء التنزل عسر الانهضام مولد للحيات
وينبغي أن يشرب عليه ماء العسل **الاجاص** بارد رطب في الثانية
يبرد المعدة ويرطبها ويطلق البطن برطوبته ولزوجته والرطوبة
أكثر لطافة من الجاف يسكن الصفراء باطلاقة ويسقط شهوة
الطعام ويدفع مضرة بالسكبين السكري **الشمش** بارد رطب
في الثانية يطلق البطن ويوهن المعدة ويسرع الاستحالة إلى الفساد
والخلط المتولد منه ردي مضر بالمعدة والأكثر منه يولد للحيات
وأردأ ما يكون إذا أكل بعد الطعام ويدفع مضرته إلا ينسون
والمصطكي خاصة لمن كانت معدته باردة **الكثري** بارد يابس
والحامض ابرد والطف والعفص غلظ وأجوده السجستاني

الحلو النضج يقوى المعدة والقلب بعطريته ويسكن الفتيان
 ويعقل البطن والخلط المتولد من الكثرة احم من خلط التفاح
 وينبغي ان يتخرج بعد الكثرة ماء العسل المطبوخ بالافاوية وقيل
 يصلح مضرة النوم عقب اكله **الريمان الحلو** اجوده الامليسي الكبير
 الحلو وهو حار لين باعتدال جيد للصدر والخلق ينفع الكبد ويغذي
 والجسد ويرطب البدن وينفخ ويعطش يسيرا ويصلح الريمان الحلو
الريمان الحامض اجوده الكثير المائية وهو بارد يابس يقوى
 المعدة قابض لطيف مبرد للمعدة والكبد قانع للصفراء وحده
 الدم مانع توليد المني وماء الريمان الحلو المعصور بالشحم يطلق
 البطن ويدفع مضرة الريمان الحلو **السفرجل** اجوده الكبار البالغ
 النضج وهو بارد يابس في الثانية يشد الطبيعة ويدفع المعدة
 ويسكن القيء وهي بطي الانهضام ويسير النفس ويدري البول ويضرب
 بالقولنج ويصلح الرطب العسل **الثوت** منه ابيض طو ومنه
 اسود حامض وهو المعروف بالشامي والابيض مجرى مجرى التين
 وتقرب من افعاله وهو دونه وطبعه الابيض حار رطب والحامض
 بارد رطب وكله ردي للمعدة وحضوصه الابيض ويجب ان
 يؤكل قبل الطعام وفيه قبض يحبس البطن ويضر اصحاب
 المغص ويصلح الاطراف الصغار **الغبير** اجوده الكثير اللحم
 وهو بارد يابس في الثانية عاقل للبطن قليل الغذاء وهو مضر بالمعدة

ويصلح النانيد **التمر** حار رطب في الاولى واكثر غذاء من
 البسر مفسد للانسان واللثة والتمر الحلو كثير الغذاء ملين للبطن
 زائد في المني عسر الانهضام غليظ الغذاء مولد للسدد في الكبد
 والطحال والقابض منه كالقسيب لحرارة من الحلو يشد المعدة
 ويقبضها والاكثر من التمر يصدع ويحدث وجع المثانة ويولم
 المعدة ويولد الحميا ويفلظ الاحشاء وينبغي يؤكل بعده الريمان الحلو
 او شراب السكنجين **الغاب** حار رطب اجوده الجرجاني غير التاكل
 يسكن حدة الدم ويمسك البول وهو لزج عسر الانهضام نفاخ
 يولد البلغم وغداؤه يسر واليابس منه حار ملين في الاولى نافع
 من السعال ووجع الصدر والخلق والريبة والكليية وهو مولد
 للنفخ وسوء الهضم ويصلح القشيش لتلطيفه **الوز** الرطب منه
 اخف على المعدة من اليابس للمائية التي هو فيه وهو مع ذلك
 وخم ثقيل لا يهضمه الا المعدة الحادة وينبغي ان يقدم على الطعام
 ويتخرج بعده المني ويؤكل بالعسل والوز اليابس اغلظ غذاء
 وابطاء اخذار من الجوز اليابس والوز الحلو حار في الاولى لطيف
 مدر للبول مفتح للسدد في الكبد والطحال يغذي وغذاء كثير المحو
 وينقي اوساخ البدن وينفع الصدر والخلق والريبة والكبد و
 الطحال والكليية الا انه قليل الغذاء طويل الوقوف في فم المعدة
 واذا اكل بالعسل والسكر اخذ من المعدة سرعيا وزاد في المني

الجوز الرطب منه احمى من اليابس واقل حرارة ويؤسسه
واخف على المعدة واقل ثبث للنفث وينبغي ان يتجرع بعده شئ من
المزاج ليسر اخذاره ويتضمنض بالماورد وكلما تداى الزمان
بالجوز تغير جوهره الى الحرارة ولذلك يستحيل في المعدة الحارة
الى الدخانية ويصدع ويوجع الحلق ويضر بالمعدة **الفسق**
معتدل الحرارة والبرودة جيد للمعدة قليل الغذاء مفتوح للسدد
للکلى والمثانة والصدر **الشاه بلوط** بارد يابس وقليل معتدل
بين الحر والبرد يابس في الاول واجوده الطرى الكبار وهو اغذى
من جميع الحبوب وفيه جلاء وينفع من السموم وهو بطى الهضم
وغذاءه ليس محمود للناس ويصلحه السكر **البندق** حار يابس
اغلف من الجوز وابطاء انهضاما ويولد رياحا في البطن الاسفل
الا انه يقوى المعاء وخطفه غليظ بزيد في الدماغ ويؤكل مع
قليل فلفل فينفع الزكام **زعرور** اخوده البستاني وطبعه بارد
يابس قابض ينفع الصفراء ويحبس السيلان ويعقل ويحبس البول
الا انه ردى للمعدة مصدع **زيتون** الفح منه بارد والنفث حار
وغذاءه قليل وهضمه عسر والمملوح يقوى المعدة وينبه الشهوة
والمخلل اسرع انهضاما والمنقوع منه في الماء والمالح يضمده حرق
النار فلا ينفظ **قراصيا** منها حلو وهو معتدل بين الحر والبرد
لكنه يميل الى الرطوبة سريع الاخضرار عن المعدة ولرطوبتها ولزخوتها

بشر الخم ولهذا لا ينبغي ان يؤكل على الطعام وهو يستحيل مع كل طبع
غالب في المعدة واذا اسهل ^{اكل}ولين الطبيعة ولا سيما ان ابتلع نواه
وح ينفظ ويصلحها السكجيين بعده والحامض منها مقطع العطر
ويقل البطن **قرانيا** وهي معتدلة بين الحر والبرد قابض اذا
اكلت وافقت اسهال البطن وقرحة الامعاء واذا احرق ورفقها
نفع الجراحات **الحديقة الثامنة والثلاثون** في احوال المياه
والاضطراب اليها وهذه الحديقة تشمل على احدى عشر نهر **النهر**
الاول في كيفية الاضطراب الى الماء اعلم ان الماء ركن من الاركان
الاربعة مع انه كان حاجة البدن اليه ليس من جهة الركينة
فقط بل من جهة اخرى وهي انه مخصص من بين الاركان بانه
وحده من بينها يدخل في جملة ما يتناول الانسان لكنه وحده لا
يغدو وعند الجمهور خلافا لصاحب الكامل فانه قال يغزو غذاءا تزيلا
لانه يغير النض يغير ايسيرا وانما قلنا ان الماء لا يغزو لان الغازي
يجب ان يكون شبيهها بالمفتدى والمفتدى جسم مركب الغازي
يجب ان يكون مركبا ولو جازكون البسيط غاذا لما اجتمع في التركيب
الى العناصر وبطلان التالى يدل على فساد المقدم واعلم ان الاضطراب
الى الماء من وجوه اربعة احدها انك قد علمت ان الغذاء ضرورى
وانه يجب ان يكون لجسم شبيه بالمفتدى وانت تعلم ان الاعضاء
يجب ان يكون الغالب على جوهرها الجوهر الرضى ليكون صلابة قوية

على الحركة فيجب ان يكون الغازي لها كذلك وليس يمكن ان يكون على هيئة يمكن وصول الاجسام الارضية الى كل واحد من اعضاءه الا بعد ان يترقق تلك الاجسام ويتصغر اجزاؤها وترقق الارضية يكون على وجهين احدهما بان يذوب تلك الاجسام ويستحيل ارضيتها الى المائية وثانيها ان يمتزج بتلك الارضية مائية يغلبها والوجه الاول وان امكن لبعض الحيوان كالجوارح فليس يمكن ان يكون للانسان لان ذلك انما يكون باحالة قوية جدا وتلك انما تكون بجمرة قوية جدا وذلك يحجج الى ان يكون المزاج خارجا عن الاعتدال اللائق بالانسان واذا لا يمكن ترقق الغذاء بهذا الوجه فلابد من ان يكون بالوجه الثاني فاحتيج ضرورة الى الماء لترقق الغذاء وتيسيره للنفوذ في المجارى والوصول الى الاقاصى وثانيهما الاغذية لما كانت في الاكثر اجساما ارضية احتاجت الى ما يرققها ويهيئها لان تنغل فيه القوة الهاضمة ولذلك كانت الفواكه كثيرة المياه استغنى اكلها عن تناول الماء وثالثها الحرارة الغريزية متوجهة الى جهة الباطن عند تناول الغذاء ومتى لم يكن في المعدة في ذلك الوقت ماء لترقق الغذاء كما يحترق الشيء اليابس الذي يلقي في القدر بدون الماء ورابعها انه يبرده يسكن لهب المواد واحتداد الحرارة ويحفظ الحرارة على ما لها ويمنعها عن ذلك ولذلك متى كان الانسان رطبة المزاج

او كان معدته اورثته رطبة قلت حاجته الى تناول الماء ومن كان بالضد فبالضد وكان الماء منها مخصوصا بكونه مما يتناول دون الهواء وقد علم ان الاركان التي يجب دخولها في الابدان ركنان احدهما الهواء وقد مر ذكره وثانيهما الماء لان من شأنه ان الغذاء حتى يفصل عن الكبد ثم يتصفى اكثره ويخرج الى الكلى ويندفع بالبول وما بقى منه مع الدم الذاهب الى البدن يخرج العرق والرشح ووصف رجل الماء واحسن فقال هو مزاج الروح و صفاء النفس وقوام الابدان من النبات والحيوان لمجانسة لها ومعادلتها اياها ومن فضيلته ان كل شراب وان رقق و صفا وعذب وحلا فليس نفوس منه ولا مض عنه بل يطيب بممارجته ويعذب بمخالطته حتى يسرى في العروق بلطافته وينساب في المفاصل برقته مع خاصية في ربي الظمان وضرام نار الحشا واولاه ما عرف فضل البتان على الجنان ولا الربان على الظمان

النهر الثاني في اقسام المياه اعلم ان المياه تنقسم بوجوه احدها من جهة ما هي بسيطة او مختالطة بقوة معدنية كالكبريتية والنجاسة والشبيهة وغير ذلك وثانيها من جهة كيفياتها وهل هي باردة او حارة او فاترة او غلبة او مالحة او غير ذلك وثالثها من جهة قوامها وهل هي سيالة او جامدة او رقيقة او غليظة او معتدلة ودابعها من جهة ميلها وهل هي ارض

حرة او حامية او حرجية وخامسها من جهة ابتداء تكونها و
 هل هي ارضية اى متكونه في الارض او سماوية اى متكونه
 في الحق اعلم ان تكون الماء اما ان يكون في الارض واما ان يكون
 في اعلى منها وهو الجو والتكون في الجو اما ان يكون سيالا او جامدا
 والسيال اما ان يكون ظاهرا وهو المطر او لا يكون كذلك وهو الطل
 والجامد اما ان يكون كثيرا ظاهرا او لا يكون كذلك والثاني الصبيغ
 والاول اما ان يكون جموده وهو بعد سخاب وهو الثلج او لا يكون
 كذلك وهو البرد وتكون المياه في الجو يكون على قسمين احدهما
 من البخار المتصاعد اذا عرض له ان يتكاثف وتبرد وقد شاهد
 تكون ذلك في الحمام اذا عرض لما يتجز فيه ان يرد عند سقفه لبعده
 عن المسخن النارى فيقطر ماء وثانيهما من الهواء اذا عرض له برد
 قوى واكثر ذلك من رياح باردة وقد تفعل بالصناعة بان تبرد
 انية بالمجدرا وبالثلج فيشاهد الهواء الذي يكثف وقد استحال ماء
 وصار عليه كالطل والماء المتكون في الارض تكون من الانجرة
 الرطبة التي تحدث فيها وتلك الانجرة اما ان تكون كثيرة او قليلة
 فان كانت كثيرة فاما ان تكون ضعيفة الحركة حتى لا يقوى على حرق
 الارض فيحدث من ذلك التزا ويقوى على ذلك فيحدث عن ذلك
 العين وتلك العين اما ان تكون ما يحدث فيها من الماء بحيث يقوى
 البخار الباقي على مداره وطرده عن مكانه باحداث ما اخرجه في محله

فتكون تلك العين جارية والافتكون راكدة وان كانت تلك الانجرة
 قليلة كان الماء المتكون لا محالة قليلة ففي الغالب لا يقوى حرق الارض
 الا بان ينقص ما فيها من النقل فيقوى على حرقها واما ان لا يجعل
 لذلك الماء ميل صناعي ذلك فيكون قناء والعينون الجارية ينعث
 مياهها من انجرة كثيرة قوية الاندفاع حتى يغمر الارض بقوتها وتنض
 مستبعدة موادها بامداد البخار الكثير لها والعينون الراكدة قد بلغت
 في قوة بخارها ان يحرق الارض ولم تبلغ من كثرته وقوته ان يطرد
 تاليه سابقه فيسميه واما الابار والفتى فحرقها للارض بمعاونة
 الصناعة لانها لقصور قوتها لا يقوى على حرق الارض الا بعد ان يزول
 عنها ثقل التراب المتراكم فيقصر المنافة الى مستقر البخار وهناك
 يندفع اليه باد في حركة والقنا من ذلك ما احتيل في المسيل بان
 اختفرايام القدر الذي انتهت اليه قوته من السمك وقد يضاف
 اليه مع ذلك مياه اخرى من ابار كثيرة او غيرها والبئر ما لم يفعل
 به ذلك ونسبة القنا الى البئر كنسبة العين الجارية الى الراكدة
 واما النزف تولده من بخار لت كثيرة ضعيفة القوة جدا وفي ارض رخوة
 فيخرج على سبيل الرشح كما يخرج العرق وماء البئر وماء العين اذا
 ترح منه شيء استخلفه لان ذلك البخار ما منعه من الصعود ثقل
 ما قد اجتمع من الماء حتى صار كالتراب المانع من الصعود فاذا نقص
 خف الثقل فامكنه الصعود فلذلك قد يمكن جعل العين الراكدة

جارية بان يحفر امامها كما يفعل في القناء **النهر الثالث** في بيان
المختار من المياه اعلم ان الماء لا يكل فضيلته الا بعد شروط تسعة
احدها الماء الذي يجري على الارض الحرة اى النقية وهي التي لم يغلب
على تربيته شئ من الكيفيات الغريبة الموجبة لصيرورتها حجرا او
حماة او سبخة والارض الحرة انما كانت اجود لان اختلاطها بالماء
تروقه وتصفيه عن المنزجات الغريبة المغيرة لطبيعتها بجذبها
الى نفسها فيترتب فيها كما يفعل الراوق في سائر المنايع بخلاف
الحجر فانه لصلابته لا يخالط الا لنقيه ويخلصه عن تلك المنزجات
لكن للمياه التي تجري على الصخرية فضيلة من وجه اخر وهو ان تكون
ابعد عن النقص والفساد اذا الحجر بصلابته وبسسه لا يغير بخلاف
التراب فانه يكون اقبل للعفونة لما خالطه ومع هذا فالجارية لا
يعادل الحرة في الفضيلة بل هي افضل ثم الحجريه التي تكون من كل
واحد منها اغزر يكون افضل من الاقل لان الكثير يكون ابعد
عن التأثير وقبول التعفن لمخالطة المفسد وثانيها المياه الجارية
التي تجري من الجنوب الرياح الشمالية او المشرقية عليها من مقابلتها
فانها تصلح ان جوهر المياه الجارية وثالثها المياه التي تنحدر الى اسفل
لانها تسرع في الحركة وتزيد في اللطافة ودابعها التي تكون بعيدا
لمنبع لاستلزامها كثرة الحركة وكثرة الحركة تقتضي زيادة الترويق
والتلطيف وخامسها التي تكون منكشفا للشمس لان اشراقها

عليها يقتضي زيادة التلطيف وسادسها التي تكون شديدة الجري
لان سرعة الحركة تزيد التلطيف وسابعها التي تكون خفيفة الوزن
لان خفتها تدل على كونها نقيه من الشوائب المكدرات التي هي
الاجزاء الارضية لانها اثقل من الماء وطريق وزنه الكيل وذلك
بان يوزن المكيلا وزنا متساويا ثم يكيلا ن بامئين مختلفين
ثم يوزنان بعد ملاءمهما كان اثقل كان ماؤه اثقل واجزأؤه الارضية
اكثر وايمها كان اخف فهو نقيه وقيل تبل قطنتان متساويتا الوزن
في المائتين ويحفظان بحفظا بالغ في الموضع الواحد فالماء الذي
قطنته اقل في الوزن اخف وثامنها التي ان يجيل شاربها انها
طلو وذلك لان الماء بلطافته يرقق رطوبة الفم وينفذها في اللسان
فيشبه في ذلك فعل الحلوى في اللسان لان الحلوى بحارة المعتدلة
يسيل رطوبات اللسان وبلينه فينفذ تلك الرطوبات الى باطنه
واذا كان فعل الماء الفاضل في اللسان مثل فعل الحلوى خيل الى ما سة
انه حلوا ولانه لرقه جوهره يلطف رطوبة ليم الفم ويخلخل جوهر
اللسان وعند ذلك ينفذ الرطوبة في جوهره وطعم هذه الرطوبة مائل
الى العذوية فتدرك القوة الذائقة منه العذوية وهي اول درجات
الحلاوة **النهر الرابع** في كيفية اصلاح المياه الرديية اعلم ان اصلاح
المياه الرديية انما يكون بوجود احدها التصعيد والتقطير وهو ان
يجعل الماء في قعر ويركب عليه انبيق ويوضع تحته نار ويعمل به

كما يعمل بالورد في القرع والانبق اذ لا شك ولا خفاء انها يصلحان
 المياه الرديئة وذلك لان المتصعد تكون لا محالة اقل ارضية فاذا عاد
 بالتكاثف الى طبيعة الماء كان قريبا من البساطة بعيدا من المخالطة
 الارضية وما يكون من الماء من المخالطات الهوائية فانه يتخلل
 ولا ينقلب الى طبيعة الماء وثانيها الطبخ واختلاف الاطباء فيه
 فقال بعضهم انه يصل المياه الرديئة ويلطفها وهو الذي اختاره
 الشيخ الرئيس وقال بعضهم انه يزيد الماء غلظا وتكاثفا احتج
 الاولون بوجهين احدهما ان التجربة دلت على ان الماء المطبوخ
 اقل نفخا واسرع انحدارا من المدة والشراسيف وذلك بدل
 على ان ارضيته قد قلت وثانيهما لم يذكر الشيخ هو ان الماء الردي
 اذا طبخ خف وزنه وذلك يدل على ان ارضيته قد قلت واحتج
 الآخرون بان الماء المطبوخ يتصاعد لطيفة بسبب انه اشد قبولا
 للتصعيد ويبقى كثيفة المخالطة الارضية لعصبية نه عن التصعد
 وذلك يوجب زيادة غلظه والشيخ رد على هؤلاء بان المتصعد
 وان كانت الطيف من الباقي الا انه غير شديد المخالفة بسبب
 كون الماء متشابه الاجزاء في اللطافة والكثافة لانه بسيط غير
 مركب وهذا الباقي وان كان اغلظه من المتصعد الا انه يكون
 الطيف مما كان اولا وذلك لان غلظ الماء يكون لاحدا من
 الاول باسناد كيفية البرد عليه الثاني لمخالطة شديدة من

الاجزاء الارضية التي لفرط صغرها ليس يمكنها ان ينفصل عنه و
 ترسب فيه لانهما ليست بمقدار ما يقدر ان يشق اتصال الماء فيترسب
 فيه صغرا فيضطر تلك الاجزاء لعدم قدرتها على الشق والترسب
 الحان يحدث لها بجوهر الماء امتزاج ثم الطبخ يزيل الكثافة الحادثة
 عن البرد اولا بما يفيد من السخونة ثم يتخلل اجزاء الماء خللة
 شديدة حتى يصير ارق قواما فيمكن ان ينفصل فيه الاجزاء الارضية
 الثقيلة المحبوسة في كثافته لانهما بطبعهما تنفصل عن الماء
 راسية لانهما اقل منه وانما كان يمنعها عن ذلك صغرها وغلظ
 الماء فلا يقوى على حرقه فاذا ترقق بالاطبخ وتخلل امكن ان ينفصل
 عنه ويجرق الماء راسية فتباينه الاجزاء من الماء بالرسوب
 ويبقى ماء مهينا قريبا من البسيط الذي انفصل بالتبخير عنها
 للباقي غير بعيد منه لان الماء اذا تخلص من الخلط تشابهت
 اجزائه في اللطافة فلم يكن لصاعد تلك الاجزاء كثير فضل على
 باقية فالطبخ انما يلطف الماء ^{بازالة} التكتيف الحاصل من البرد
 وترسب المخالطة له والدليل على ان الطبخ يلطف الماء بالترسب
 انك اذا تركت المياه الغليظة مدة كثيرة لم يرسب منها
 شيء يعتد به واذا طبخت المياه الغليظة ترسب في الوقت
 شيء كثير وصار الماء الباقي خفيفا لوزن صافيا وكان سبب
 الرسوب هو الرقيق الحاصل بالاطبخ ولولا ان الرقيق سبب

الترسب لكان الترسيب من المياه الرقيقة القوام اللطيفة
بطيئا ايضا لبطوه من المياه الغليظة وليس كذلك فان مياه
الانهار مثل نهر جيحون وخصوصا ما كان من تلك المياه معتدلا
عن اخر النهر يكون عند الاغتراف في غاية الكدر ثم يصفوا
في زمان قصير كرة واحدة بحيث اذا استصفيتها مرة اخرى لم
يرسب شيء يعتد به البتة واعلم ان الاختلاط الارضية بالماء
يكون على وجهين احدهما اختلاط مجاورة لا موجب امتزاجا تاما
لماء العكر وهذا لا شك ان طنجحه يلطفه ويزيل عنه تلك الارضية
فان المتخلل منه وان كانت الطف من الباقي الا ان الباقي يلطف
ايضا بسبب انفصال الارضية منه ويكون ما ينفصل عنه
من الارضية اكثر مما يتخلل من لطيفة لان الارضية فيه غير
متزجة وثانها ان يكون اختلاط الارضية به اختلاطا متزا^{رحة}
حتى يكون انفصالها عنه عسرا كما يكون في المياه الغليظة با
الطبع فهذا يظهر لي انه اذا طنجح كان تكاثفه بسبب انفصال
الرقيق منه اكثر من ترققه بسبب ترسب الارضية وذلك
لان تخر الاجزاء اللطيفة يكون اسهل لانها قابلة لذلك
والحرارة النارية شديدة التأثير لذلك واما الارضية المازجة
ففسرة القبول للترسيب لا متزاجها وصفها والحرارة النارية
ليست موجبة بالذات لانفصالها بل معدة لذلك فلا يلزم

ان يكون

ان يكون ذلك الانفصال كثيرا والدليل على هذا ان ماء البحر اذا طنجح
ان عقد لمحا بسبب تحلل المائية اللطيفة منه وغلبة الارضية
ولو كان ما يبقى منه الطف لكان انعقاد غير المطبوخ اولى وهذا لا يجعله
الطنجح اخف بل اثقل لست اقول ان الباقي منه يكون اثقل من مجموع
ما كان اولا فان ذلك محال لان الاجزاء التي انفصلت منه بالتنجح
والترسب يوجب ان يكون الباقي اخف بل اعنى بذلك انه اذا اخذ
من غير المطبوخ قدر يساوي في الكيل للمطبوخ اثقل لان الذي فارقه
بالطنجح هو الذي لم يطنجح واذا عرفت ذلك فاعلم ان من جملة
الانهار الكثيرة ماء النيل وهو احد المياه لا مور اربعة الاول بعد
منبعه وذلك يوجب لطافة الماء بسبب كثرة حركته كما علمت
والثاني غموره لان المياه المغيرة لا يغيرها ما يخالطها من المفسدات
الارضية تغير مضر والثالث طيب مسكه وذلك لان مسلكه
على عرض حرة لا يخالطها جوهر عريب البتة وقد بينا ان ذلك هو افضل
المسالك للماء والبراع اخذه الى الشمال عن الجنوب لان الرياح الشمالية
مصلحة ببرد هوائها بعد ترطيبه برطوبة الرياح الجنوبية الفضيلة
قال الشيخ والمياه الرديئة لو استصفيتها كل يوم من اناء الى اناء وكان
الرسوب يظهر عنها كل يوم من الرأس ومع ذلك فانه لا يرسب
عنها ما من شأنه ان سب الا بانه من غير اسراع ومع ذلك
فلا يتصفى تصفيا بالغا والعلة فيه الى المخالطات الارضية فيسهل

رسوبها عن الرقيق الجوهر الذي لا غلظ فيه ولا زجة ولا دهيئة ولا
 يسهل رسوبها عن الكثيف تلك السهولة ثم الطبخ بغير رقة الجوهر
 وثالثها المحض وذلك بان يجعل الماء في ذق نظيف ويخفض الماء
 كما يخفض اللبن فانه يقل به ذلك تخلخل جرمه وسخن مزاجه لطيف
 جوهره بسبب حركة المحض ورابعها هو الترويق وهو ان يجعل الماء
 الكدر في راووق قد طبخ بلون حلومدقوق قاناعا او بنجر سميد
 مبلول بماء فانه في مثل هذه الصورة لا يخذل منه الا اللطف
 فالالطف **النهر الخامس** في حكم ماء المطر اعلم ان من جملة المياه
 الفاضلة ماء المطر لانه اما من بخار يتراكم في الجوع بما يتضاعف من
 الطف المياه او من هواء منقلب اليه وعلى التقديرين يكون مادة
 الطف فيكون امتزاجه بالاجسام الغريبة اقل كما قال ابقراط في كتاب
 المياه والاهوية ان مياه الامطار خفيفة عذبة نيرة جدا لما كونها
 خفيفة فلا منها من بخار متصعد وهواء الارضية فيها قليلة جدا
 لان تكونها في الجو وما كونها عذبة فلا منها وان كانت متصعدة في
 الاكثر من مياه مالحة الا ان المتصعدا فما هو لطيف تلك المياه
 وذلك هو الخالي عن مخالطة الارضية الموجبة للطعوم واما كونها
 نيرة ويريد بذلك انها صافية فلان الكدورة اما تحدث لمخالطة
 الارضية وافضلها ما كان صيفيا لان حرارة الصيف تزيد لها
 لطافة وقال المسيحي الشتوي افضل لان الجو في الشتاء خال عن

الغبار والدخان فيكون الماء النازل منه نقياً من الشوائب
 الغريبة والذي يكون في سحابة رباح عاصفة يكون مفسوش
 الجوهر غير خالص لان تلك الرياح حادثة من ادخنة غليظة ثقيلة
 ولذلك عرض لها الانفصال من البخار قبل ان يصير سحابا اذ لو بقيت
 حتى تمت سحابتها حدث منها في الاكثر رعد واذا حدث هذه الرياح
 من الدخان الثقيل الغليظ بقي الدخان اللطيف مصاحبا للبخار الذي
 يتكون منه السحاب ففي الاكثر لا يتعطل عنه لقلة فيبقى في الاكثر
 مخالطا لما يتكون من ذلك السحاب فيكون مفسوش الجوهر غير خالص
 واعلم ان ماء المطر مع فضيلته يبادر اليه العفونة بسبب تاثير
 المفسدات الارضية والهوائية فيه سريعا للطافته فيتعفن
 ويصير سببا لعفونة الاخلاط ويضر الصدر والصوت فتدبيره
 ان يغلي ليقل عفونته بنسب القليان ومفارقته بالمخالطة وان
 يتناول بعد شربه شيئا من الخوص لا يتدارك ضرره اذا العفونة
 انما تكون بسبب زيادة رطوبة مع الحرارة والخامض من حيث هو
 بارد يابس في الاغلب فيفيد التعديل **النهر السادس** في احكام مياه
 الابثر والقنا والتزو المياه الجليدة والثلجية اعلم ان مياه الابار
 والقنا بالقياس الى مياه العيون ردية لكونها محتقة تحت الارض
 مدة طويلة مخالطة للارضيات ولا يهب عليها الرياح الفاضلة
 لبعيقها عن الشوائب ولا يشرق عليها الشمس لتلطفها وارادها

ما كان مسلكها في الرصاص لا خذها من قوته فكثيرا ما يورث
 قروح الامعاء لما في الرصاص قوة الكبريت وما كان منها بعيد العهد
 بالترخ فردى جدا لان الترخ يلطف بالحركة ولا يدوم فيه مخالطة
 الارضية بماء واحد واما مياه التزارد من ماء البئر لطول اختلاطها
 في منافس الارض لتعفن المتخلطة الاجزاء الفاسدة للجوهر ولا يتحرك
 الى النبوع والبروز الا حركة ضعيفة لا يصدر عن قوة اندفاعها
 بل لكثرة مادتها يكون اردأ واما المياه الجليدية والتجلية غليظة
 لانها عند جمودها يذهب ما هب الطف منها ويمتلئ ولذلك اذا وزن
 متدارا ما يجرد ثم اذيب لم يبلغ متدار ما كان اولها لانها ان شربت
 حال الذوب يكون باردة جدا والبرد المفرط يكثف الماء ويزيل طاقته
 ورقته فتكون غليظة وان شربت بعد الذوب بزمان يكون
 تأثير الشمس فيها اشد فتحل اللطيف منها ويختلط الباقي با
 الاجزاء الارضية وينعها عن الاخذار وسرعة النفوذ اعلم ان
 المياه الجليدية والتجلية اذا اطلقتا تحمل على معنيين احدهما
 المياه الحاصلة من الجليد والثلي مثل ما يجي من رؤس الجبال و
 المواضع المرتفعة الكثيرة الثلج والاخر المياه التي تبرد بالثلج
 والجليد والمراد ههنا المعنى الاول وهي بضر الاعضاء والعضلات
 والمفاصل والاث التنفس ويخرج الحرارة الغريزية ويولد البلغم
 وضررها ان لم يظهر في العاجل ظهر في الاجل فان ضرره بالشباب

ليس بعاجل غير انه يجتمع قليلا قليلا والانسان لا يشعر بذلك
 حتى اذا جاوز حد الشباب وصار في حد الكهولة وقع الضرر **النهر**
السابع في المياه الراكية الاجامية وكذا البصايجية والفرق بينهما
 ان الاولى مياه واقفة حولها حجارة كثيرة قد علاها شئ اخضر شبيه
 بالطحلب والثانية مياه واقفة فيها وحولها اشجار ونباتات
 مشتبكة بعضها ببعض سواء كان الماء المواقف مما ينبع هناك
 او اجتمع من مياه او من مطر او من عيون تجري في زمان ثم ينقطع
 فكلها ردية غليظة لانها تنغص بكثرة مخالطها للاجزاء الارضية
 وطول المكث وح لو استعملت في الشتاء تولدت البلغم لتبردها
 بالثلوج والتجميد ولو استعملت في الصيف ولدت المرار لتسخينها
 بتأثير الشمس وتعفينها لكونها واقفة وهي تولد امراض الطحال
 ايضا لانها بسبب غلظها يغلظ الاخلاط الغليظة ان لا تدفع
 بسهولة البتة فيعرض ضعف الطحال وهو يورث الاستسقاء
 الرئي لان تلك المياه الغليظة لا تنفذ سريعا لغلظها بل يجتسب
 في داخل الصفات وربما تولد امراضا اخر كشهوة الكلب لكثرة
 تولد السوءاد بسبب غلظها وح ينصب الى فم المعدة ويدغوغ ويسبح
 الشهوة الكاذبة ومثل غلبة العطش بواسطة رداة المرة
 الصفراء ومثل زلق الامعاء والبواسير والجنون وضمور الارجل
 وضعف الاكباد **النهر الثامن** في احكام المياه المعدنية والعلقية

وما يجري مجراه واعلم ان المعادن اما اجساد او ارواح او جوارف
 لا ارواح ابعة النوشادر والزرننج والكبريت والرينق والاجساد هي
 السبعة المنقرقة وهي الذهب والفضة والاسرب والقلعي والحديد
 والنحاس والحاصني والاحجار مثل الزاج والمرقيشيش والكلام الاجمال
 فيها ان غلب البخار على الدخان تولد اليشم والبلور والياقوت
 وغيرها من الجواهر المشقة وان غلب الدخان تولد الملح والزاج و
 الكبريت والنوشادر واما الاجسام السبعة فيتولد من تركيب هذه
 الاجسام وامتزاجها بل تركيبها من الرينق والكبريت لا غير واذا
 عرفت هذا فالمياه المعدنية والعلقية ردية اما المعدنية فلكثرة
 ما يخالطها من الارضية واما العلقية فلانها تكون حامية لان العلق
 يتكون من امتزاج الارضية والمائية مع حرارة وتلك الحرارة
 تكون عفنية فيقبل بمزاجها حيوة ودوية كما يقبل المطربات في
 ابداننا ولكن في بعض المياه المعدنية منافع اما الحديدية فهي التي
 تقوى الاحشاء لان خاصيتها التقوية والتصليب وتفيدانهاض
 القوة الشهوانية ويهيجهما تقويتها الروح والانه وتمنع الذوب
 الذي سببه استرخاء الات الغذاء وتذبل الطحال وتعين الباه واعلم
 ان ماء الحديد هو الذي يخرج من معادن الحديد فطن قوم من
 بلعة الاطباء انه الذي يطفي فيه الحديد المحي وليس ما ظنهم ولكن
 اذا استعمل الماء المطفي فيه الحديد المحي على سبيل العوض اقام يوجد

المعدني واما الماء الذي يطفي فيه الذهب المحي ففيه تفرج للقلب
 وتقوية للاعضاء الباطنة لما يكتسبه من قوة الذهب والذهبية
 والفضية تفرج القلب وتقوى الحرارة لكن لا تقوى الاحشاء والحديدية
 والرصاصية توقع في قروح الامعاء والنماسة صالحة لفساد
 المزاج البارد الاستسقاء حرها والنوشادرية يطلق الطبيعة لفرط
 جلائها وحدتها ولدغها والشبية تنفع من سيلان فضول الطمث
 من نفث الدم وسيلان البواسير لقبضها لكنها شديدة الانارة
 للمحي الاستحصافية في الابدان المستعدة لها ليسها والمحيية يسهل
 اولاء الجلاء الذي فيه ثم يخفف بيبسه وجوه فينزل ويقشف
 ويفسد الدم ويورث الحكمة والحرب ومن ترياقه الدسم والحلاوة
 وقيل ان الشرب في اينة متخذة من خشب الطرفاء اما من علل الطحال
النهر التاسع في احكام المياه الثلجية والحديدية وما يشبهها على سبيل
 التفصيل اعلم ان ماء البحر او الثلج اذا كانا نقيين عن الاشياء الغريبة
 غير خالطين بقوة ردية معدنية او غيرها فهو صالح للبدن لا يوجب
 ضررا بينا سواء حل في الماء او برد الماء به من خارج الا انه بشدة
 برده يكون اكثف واغلظ من سائر المياه ولذلك قال ابقراط واما
 المياه التي تكون من الجليد والثلوج فكلها ردية لانها اذا جمدت مرة
 لم ترجع الى طبيعتها الاولى لان ما كان من الماء خفيفا عذبا صافيا
 نقيا قلت عن البحر وما كان من الماء كد رابقي على حاله وتعرف ذلك اذا

وضعت في أيام الشتاء ماء في اناء بكيل معلوم ووضعته تحت
 السماء حتى جرد فاذا رفعت عن موضعه ووضعته في الشمس او في
 موضع دفي يتخل في مثله الجليد فاذا اخل وكت الماء وجرت قد نقص
 نقصانا كثيرا يتنا وهذه المياه ضار لوجع العصب لكون العصب
 باردا بالطبع واذا انضم اليه برودة اخرى تغير الروح الذي فيه
 وان كان من الواجب ان يكون موافقا للعصب من جهة المشاكل
 لطبيعة وانا طبع عاد الى الصلاح لانه يزيل الكثافة ويبرئ شوائبها
 واما اذا كان الجمر من مياه رديئة كدرة وكان الثلج مجلوبا من مساقط
 الكسب منها قوة غريبة فالاولى تبريد الماء بهما من خارج مجوبا عن
 مخالطها **النهر العاشر** في احكام المياه المختلفة باختلاف
 الكيفيات اعلم ان الماء البارد المعتدل المقدار اوفق للاصحاء وان
 في الاخلاط واضرا اصحاب اورام الاحشاء اما انه اوفق فلانه يثير
 الشهوة ويشد المعدة ويقويها وانما في الاخلاط ويضر الاورام
 لان البرد يضاد النضج وانما قدرنا المعتدل المقدار لانه لوكثر
 مقداره لحال المعدة والعناء وح لا يكون اوفق واما الماء الحار
 فيفسد الهضم لانه بجمارته يرخي المعدة ويتفرط الطبع فلا يقبله
 ويطلق الطعام ايضا الى اعلى المعدة لان المعدة اذا استرخت
 لا يمكن لمضغها ان يجذب الطعام جذبا قويا حتى يستقر في قعرها
 استقرارا تاما فيلزم فساد الهضم وطقو الطعام وربما يؤدي

الى الدق والاستسقاء اما كونه مؤذيا الى الاستسقاء فلانه حيث
 لا يسكن العطش فيحتاج الى تكرار شربه وح يكون في فساد الهضم
 ابلغ وفي ارخاء المعدة والكبد اشد فيكثر الفضلات ويؤدي الى
 الاستسقاء واما كونه مؤذيا الى الدق فلانه بجمارته ولطافته
 يقتضي سرعة النفوذ في الاعضاء سيما الرئيسة وذلك يورث
 الدق واما الماء الفاتر الذي لم يستخن زيادة تسخين فهو مفت
 لان حرارته ليست بحيث ترخي المعدة ولا برودته بحيث يفيد قوة
 المعدة وجودة الهضم لكن بسبب التفتير حدث فيه هواية مقتضية
 طفو الغداء وتحريكه وذلك يقتضي القيئ والغثيان وان كان اسخن
 من ذلك وتجمع على الريق يغسل المعدة باذابه وتنقيه عما فيها
 من الرطوبات وتقطع البلاغم الزجة ويطلق الطبيعة بترقيق
 المواد الغليظة واسانها وارخاء الامعاء وينضج بجمارته الاخلاط
 المحتاجة الى النضج وينفع من السعال بتخليله المادة التي توجبها
 لكن الاستسقاء منه يوهن قوة المعدة واما الماء الشديد السخونة فينكسر
 الرياح ويحللها وربما يفتح السدد ويحلل القولنج لغاية لطافته وسرعة
 نفوذه وينفع اصحاب الصرع والماليخوليا اما الاول فلانه مادته في الغالب
 باردة غليظة فالماء الحار ينضجها ويحللها ولذلك يضرهم الماء البارد
 واما الثاني فلان فعل الماء الحار الترطيب والتسخين وهما متضادان
 ان لمادة الماليخوليا وهي السوداء وبالجملة ينفع به اصحاب المواد

الياردة المحتاج الى التفتيح وكذا اصحاب الامراض العصبانية مثل
 الصداع البارد والرمم البارد والذين بهم فزوح في الحنجرة واختلال
 الفرد في نواحي الصدر كل ذلك لكونها من امراض باردة **النهر الحار**
عشر في تدبير الماء اعلم ان اصل الماء للمعتدل المزاج الماء الذي لا
 يكون شديد البرد ولا قاصره بل يكون معتدلا فيهما اما بطبيعة او با
 الجبر من خارج وانما قلنا للمعتدل لان اصله للحر والشد يد البرد و
 للبرود قليلة والحق ان التبريد بالجملة يجب ان يكون من خارج
 سواء كان الجهد والتلج رديا او جيدا لان الاجزاء الجردية مضمرة
 للاعضاء والاحشاء والالت التنفس ولا يحتملها الا المزاج الحار الصفا
 جدا وتلك المضمرة ان لم يحس بها في الحال فكيف سيظهر في الماء في سن
 الكهولة والشيخوخة بازدياد البرد كما مر ذكره وقال ارباب التجارب
 لا ينبغي ان يجمع بين ماء البئر والنهر بان لا يشرب احدهما على الاخر
 قبل اخذ اراي الاول لئلا يحدث النفخ والقراقر على ما جرب ولعل
 ذلك لاختلافها بالغلظ واللطافة ولو اريد شرب الماء الردي
 ينبغي ان يدبر بمزجه بالحل فانه بجلاء وسرعة نفوذه يزيل كقيته
 الردية ويمنع عن النعفن ويجب الا يشرب الماء على الريق لانه
 لعدم المعاونة مما يخالفه من الاجزاء الغذائية اسرع نفوذا فيجتم
 وصوله الى الاعضاء الرئيسة وهو باق على برده ويفسد جودها
 وايضا ان المعدة عضو عصباني يضرها الماء البارد ولا عقيب

الاستحمام

الاستحمام والرياضية لان المسام منفحة والاعضاء ملتهبة
 فيجنبه بسرعة قبل تسخينه ويلزم المحذور السابق وكذلك في
 عن شربه عقيب الجماع اذ فيه حركة واستفراغ فيكون اضر وانما
 ينبغي ان يستعمل الماء بعد شروع الغذاء في الهضم المعدي لانه عند
 ذلك يرقق الغذاء وينفذ في المعروق ويقوى المعدة برده على الهضم
 والاشتمال عليه ويمنع عن الاحتراق بحرارة المعدة ولا يفحج
 ولا يوجب طفوة عليها غير منهضم واما الشرب عقيب الغذاء فينبغي
 خلله ارضا لانه يفحج ويطفو ما اكل بعد الماء ويمنع من استقراره في
 قعر المعدة ويضعف الهضم قال جمال الدين في شرح الموجز وسمعت
 عن بعض الاصدقاء ان الشرب في خلل الطعام يمنع التولد الحصاة
 ولذلك ينتفع به في خلله ومن الناس من يكون شهوته للغذاء ^{ضعيفة}
 فاذا شرب الماء قويت شهوته للغذاء وذلك لتعديل حرارة المعدة
 النارته وينبغي ان لا يطاوع العطش الكاذب لان كل ما يرد على البدن
 وهو غير محتاج اليه يضره ويوجب خلطا رديا كما بلغم المالح وغيره
 وعلامة العطش الكاذب ان الصبر عليه يسكنه لاسببه بلغم غليظ
 لزج او مالح والصبر عليه يثير حرارته بدنية اياها فيزول المسبب
 لنوال سببه بخلاف الصادق فانه عند صبره يزداد ^{الطبيعية} لاحتياجه
 الى الماء فاذا عطش فليكتفي بدفعه استنشاق الهواء البارد والمضمضة
 بالماء البارد وان لم يمكن ولم يقدر على الصبر فليقتصر من الماء شديدا

قليلا وينبغي ان يمنع المحرور ايضا عن شرب الماء البارد على الريق
 وخصوصا بعد الرياضة فان لم يمنع ينبغي ان يتجمع سكينينا بماء
 حار ثم يشرب عليه الماء البارد فان الاعضاء يستفتح ترطيبا بها
 عن جذب الماء بسرعة فيلبث في المعدة ويسخن فلا يضر واما شرب
 الماء عقيب الفواكه وخصوصا البطيخ فزدي جدا لانها رطبة ورطوبة
 المشروب اذا اجتمع معها تفسد وتفسد واما اختصاصنا البطيخ لانه
 من ارقط الفواكه وسريع الاستحالة فيبرد الماء يستحيل الى البلغم يثقل
 واما شربه عقيب النوم فزدي ايضا لان الماء يطغى الحرارة المجمعة
 في الباطن فان لم يكن بد فقليل من الماء من كوز ضيق الراس متصا
 واما قلنا امتصاصا لان الشرب عبا يضعف الكبد وخصوصا
 في هذه الحال لما ورد النهي عن الشرب عبا بقوله عليه الصلوة والسلام
 مصوا الماء مصنا ولا تقبوا عبا فان الكبد من العت **الحقيقة**
الرابعون في الشرب والانبذة والفقاع والاشربة القائمة
 لمنفعة الشرب اعلم ان الاطباء اذا اطلقوا الشرب ارادوا به الخمر
 وهو يختلف بحسب اصله الذي يتخذ منه والكلام في الخمر لوجهين
 الاول كيفية منافعتها قبل تحريمها فنقول ان اكثر الامزجة الانسانية
 في الارض الماضية والقرون الخالية مائلة الى الكثافة والغلظ
 لغلبة اجزاء ارضية ابدانهم وقلة جوارح ارواحهم والخمر لكثرة
 اجزائها النارية والهوائية كانت معدلة لامزجتهم ومفيدة

لارواحهم وابدانهم ولذلك اطلب الاطباء المتقدمون منافعتها
 في كثيرهم وهذه الامزجة لم تثبت في تلك الدرجة بل يتغير بسبب
 الادوار الفلكية والانظار الكوكبية وحدثت في نفوسهم
 وابدانهم لطافة واستعداد لسرعة الانفعالات البدنية والاعراض
 النفسانية فظهرت منهم افعال عجيبة واخلاق سبعة حتى سئلت
 حقيقة الخمر عن سيدنا ونبينا صلى الله عليه وسلم فنزل في بيانها يسئلك
 عن الخمر الى اخر الاية فتركها قوم وشربها قوم ذلك التغير لم
 يثبت ايضا في تلك الدرجة بل يتزايد يوما فيوما حتى ظهر فسادها
 في الصلوة وجب ثيابها عند الصلوة فنزل في شأنها يا ايها الذين
 امنوا لا تقربوا الصلوة وانتم سكارى فلما بلغت الغاية في اضرار
 النفوس واخذنا منها فها البدنية في البطلان بخسب الزمان كانت
 مفااسدها الخمر واعظم نزل في بيان حرمتها انما الخمر والميسر الى
 اخر الاية فان قيل ان الانبياء المبعوثين عليهم السلام قبل سيدنا
 لاشك انهم اعدوا الامزجة وليست الكثافة والغلظ في طباعهم
 اللطيفة فكيف يصح ما قلنا جيب انما قيدنا الامزجة بالاكثرية
 ليخرج امرجة الانبياء عن سائر الامزجة التي يحتاجون الى الخمر
 لتقديدها وتلطيفها وامزجة نبينا عليه السلام لما كانت لطيفة
 وفطرته سليمة ونفوسهم ذكية لا يحتاجون الى الخمر ولذلك
 حرمت عليهم وهذه السعادة من بركات نور نبينا هم وكلما اراد

نوره ازداد الزكاء والفطنة لاسمه ومن الدلائل على ان الارداك
 في التزايد زمانا فزمانا هو ان بعض الاقوال السخيفة والاراء
 الضعيفة المنسوبة الى جمع من العلماء السابقة والحكماء السالفة
 يدرك ضعفها المتعلمون في زماننا وان معظم محصلي هذا الزمان
 وجلهم بمقدار ما من زمان تحصيلهم يقدررون على قراءة كتب ^{يفوزون}
 بحل مسائل دقيقة لم يقدم جمهور المحصلين السابقين عليها
 ولم يفوزوا ان الضاعما والحرف في زماننا على غاية من اللطافة و
 الدقة والحسن والبهاد قال بعض الحكماء ان اهل كل دور جاؤا كانوا
 اذكي من اهل الدور السابق واهل دور القمر وخصوصا في اخر
 يكونون في الذكاء في الدرجة العليا فان قيل كيف يكون كذلك
 فان اكثر ظهور العلوم والتدوينات كان في الآمنة السابقة قلنا
 ان هذا لخصوص الذكاء لا العمومة كما ان صنوء السبح مثلا كلما
 كان مخزجه في المشكات اقل كان تنويره اكثر مع ان العلماء الماضية
 كانوا اطول الاعمار محتملين للكد والمقاساة مع هذا كانوا متشربين
 موفقين مؤتدين من عند الله تعالى غير ضالعين اوقاتهم وبالجملة
 وقوع ذلك من الاقتضاء الزمان على وفق التغير السبحي والقضاء
 الرباني بفعل الله ما يشاء ويحكم ما يريد **تذنيب** بقي شيء من
 من الشئوان وهو ان الزمان كيف يتغير بحيث يصير النافع مضرا
 اقول ان الاطباء المتقدمين يستعملون الراوند في الاوائل

يقطع الاسهال والتف في الذوب والذو سطاريا والسبح والمتاخذون
 يستعملونه لدفع الاعتقال والاحتباس فعلم من ذلك ان الحقائق
 قد يتغير آثارها بحسب الاوضاع السماوية هذا ما سنجي في البال
 الفاتر والذهب القاصر بعناية الملك القادر والله تعالى اعلم
 بحقيقة الحال الوجه الثاني في حقيقة الخمر بعد تحريمها اتفق
 العلماء في رفع منفعتها بعد تحريمها فان خالوق كل شيء قادر
 للايجاد والاعدام وليس فيها شيء من المنافع المذكورة في الكتب
 الطبية ولهذا لا يجوز التداوى بها لقوله من ان الله لم يجعل شفاء
 امتي فيما حرم عليها وفي صحيح المسلم ان طارق سويدس قال النبي عليه
 السلام عن الخمر للتداوى انه ليس بدواء ولكنه داء اقول انما
 كانت داء لان قليلها يدعو الى كثيرها فتؤدي الى السكر فانه
 للطافتها وغلبة اجزائها النارية فيها تمنح المعدة بسرعة فيتصعد
 منه بخار لطيف حاد الى الدماغ وينزاح الروح النفساني ويخرجه
 من مكانه ضرورة احتياجه الى مكان فتحصل للروح النفساني
 حركات مزعجة غير طبيعية يلزم منها تشوش الخيال والفكر وغيرها
 وهو السكر ولهذا يقل الحياء ويشير العداوة والبغضاء ويؤدي
 الى القتل والزنا وسائر المعاصي ولذلك يسمى ام الخبائث وروي
 عن محمد بن حسن ان رجلا اتاه يستأذنه في شرب الخمر للتداوى قال
 له ان كان بك صفر فعليك بالسكر وان كان مرطوبة فعليك

بالعسل فهو نافع لك وبتم الكلام في حقيقة الخمر وقد كان لنا ان
نذكر من النضوج المركبة المختلفة المزاج بما يوافق في حفظ الصحة
خصوصا للمشايخ الذين يحتاجون الى اصلاح امرجبتهم بشئ كان
فيه منافع الشراب قبل تحريمه فنقول **صفة نضوج موافق للبرق**
دين يؤخذ قطار من ماء العنب النضج فيطنخ في قدر من فخار فانه
اجود من الخماس بنا معتدلة واذا اخذ في الغليان وظهرت رغوة
يرفع اولا فاولا ويؤخذ قرنفل وسنبل وهال وزنجبيل وكبابه
وبسبيله وجوزبوا من كل واحد عشرة دراهم تدق ناعما ونضج
في حرقة صرا متخللا ويلقى في القدر بعد نقاء العصير من وسخه
ثم يبالغ في عصر الصخرة في حال الطبخ ويحرك في القدر فاذا نقص من
العصير الثلثان وبقي الثلث انزل عن النار واذا فتر وهدى طيب
بنصف مثقال مسك فانق ومثقال عنبر ومثقالين زعفران مسحوقين
وان الذي فيه من اول طبخه قبضة ريجان اخرى قرنفلي كان
في العناية واذا قررو برديوي في طرف فخارة جديده وبشدافوها
اما بورق شجر الصنوبر الذكر او السرور او بورق الكرم ويطبخ
رؤسها بطين حرمز او ترفع للشمس فيترك فيها اربعين يوما
ليتم طبخه ويلطف جوهره ثم ينقل الى بيت مرتفع عن الارض
كن ومن الناس من يجعل هذا البيت على ظهر حمام او فرن او
تنور الخبز لنصل السخونة وحر الدخان اليه فيسرع ادراكه و

يستعمل

ويستعمل وقت الحاجة بحسب المزاج وليعلم ان طرقة هذه الحديقة
ان الحال في الخمر وهو الشراب الغير المطبوخ مثل الحال في النضوج
وانما خض النضوج بمنزلة الحد وهو الطبخ والنقص الشرعي والتطبيب
فافهم ذلك موقفا ان شاء الله تعالى **صفة النضوج يزيد الياه**
يؤخذ قطار من ماء العنب النضج فيفعل فيه ما تقدم من الطبخ ويؤخذ
دارصيني وزنه ثلثون درهما قاقلة وزنجبيل وخولجان ولسان
العصفور وجوزبوا من كل واحد عشرون درهما يدق كل منها بمفرده
دقا جيدا ويجمع في حرقة وتربط مخمل وتجعل في القدر ويفعل فيه
كما تقدم واذا انزل عن النار فترقتق بمنقال مسك عراقى واذا
برديوي ويغمد في جميع احواله ما تقدم بيانه ان شاء الله **صفة**
نضوج مفرج وهو يدعى يؤخذ قطار ماء عنب يفتح على النار كما
تقدم فعله ويؤخذ دارصيني وقرنفل ويمن ودرونج وزرنا
دوفشتر ارج من كل واحد عشرون درهما عنبر خمس مثاقيل عود
هندي سبعة مثاقيل ريجان ترجي قبضتان بطبخ الريحان وشر
الامرج في ماء العنب تدق الادوية دقا ناعما وتصرف في حرقة وتجعل فيه
حال الطبخ ثم يفعل به في جميع احواله كما تقدم شرحه وبيانه ان
شاء الله تعالى **صفة نضوج يوافق المحرورين** يؤخذ قطار ماء
عنب بالغ فيضاف اليه من الماء العنب خمسون رطلا ويلقا فيه
من البرد النصيني المنزوع الاقماع والانبرباريس من كل واحد خمسون

درهما ومن الاس الاخضر قبضة ومن الصندل المقاصير^{المريض} المروض
ثلثون درهما يطبخ على نار معتدلة حتى تذهب الماء بجملة وثلث ماء
العنب ثم ينزل ويبرد ويوعى في اوعيته يفعل به في جميع احواله
كما تقدم ذكره ولعلم ان السكر والقندار^{التي} في النضوح غلط
قوامه واكسبه حلاوة والمسلمون لا يستعملون الخمر^{في شربهم} لحرمتهم^{تقسم}
ومنهم من يتورع عن النضوح المطبوع ايضا ويحبون ان يطيبوا^{تقسم}
بشيء يقوم مقامها في اصلاح البدن دون النفس ونعتن لذلك
ذكر شيء من الاشرية القائمة مقام الخمر والنضوح في الافعال
البدنية وان كانت مقصرة عنها في ذلك ايضا ومن الله شهيد المعونة
بكرمه ان شاء الله **صفة شراب موافق لمن ترك الشراب**
الرجاني ويقوم مقامه في تقوية الحرارة الفريزية والمعدة وتجويد
هضمها وتسخين البدن وتحليل البلغم يؤخذ مرزنجوش رطب
وجبق نسلكن ترنجاني وجبق قرنفل وعوسج نهري من كل واحد
ثلثون درهما تغنع يابس وبزر زانباخ عريض وانيسون من
كل واحد عشرة دراهم زبيب منزوع العجم مائة درهم يجمع ذلك
ويطبخ في عشرين رطلا من ماء عذب على نار لينة الى ان ينقص نصف
الماء ويمرس ويصفى ويلقى على صفيق من غسل الخل الابيض خمسة
ارطاب يطبخ بناولينة ثم يؤخذ سنبل هندي وقرنفل ومصطكى و
دارصيني وزنجبيل وقاقلة وخولجان وسليخة وفلفل ودارفلفل

وزعفران وجوزبوا من كل واحد نصف مثقال صندل مقاصيري
مثقال تدق هذه الادوية ناعما وتصر في خرقة مخلخلة ويلقى فيه
حال الطبخ ويحرك بعض الوقت بعد الوقت فاذا صار في قوام الاشرية
ينزل عن النار وفق بدانقين مسك عراقي فائق ويرد واذا تكامل
برده اوعى في انية من زجاج ويسد راسها وترفع والشرية منه
اوقية واحدة باربع اواق من ماء عذب ويؤخذ قبل الطعام
وبعد فانه يبلغ النفع خصوصا للبرودين والمطوبين والمشايخ
صفة شراب اخر يقوم مقامه يؤخذ سكر طبرزد وعسل ابيض
من كل واحد خمسة ارطال وماء العنب البالغ النضيج اربعون
رطلا يخلط الجميع ويؤخذ سك وبزر حبق ترنجاني وقرنفل ونفنع
يابس وزنجبيل ومصطكى ودارصيني وزعفران وسعدين مقشرين
وقسط حلر وعود هندي من كل واحد درهم يدق جيدا ويصر في خرقة
على العادة ويلقى في المطبوخ ثم يفعل في احواله كلها كما تقدم في الشراب
قبله وكذلك قدر الماخوذ منه كما لما اخذ بما قبله **صفة اقسما**
بديعة ملوكية موافقة لما قلنا في الصفة مطيبة للنفس والنكهة
معينة على الهضم مفتحة للسدد محللة للرياح مقوية للقلب
والمعدة يؤخذ كبايه وقرنفل وهاال وجوزبوا وورق تنبل وخولجان
وزنجبيل وفلفل ودارفلفل من كل واحد عشرة دراهم عنبر طيب
اربعة مثاقيل يدق الجميع ناعما ويلقى في عشرة ارطال ورق وردا

حرطى منزوع الاقماع ومن ورق الرمان النرجاني والقرنفل من
 كل واحد عشر ارطال على السواء ثم يلقى عليه من ماء الورد وماء الخل
 من كل واحد اثني عشر رطلاً ويستقطر بالقرعة والابنيق وترفع ما
 منه في اوعية من زجاج ويشد رأسها فاذا اخذ الغذاء في الامهضام
 وقصد تطيب النفس وتجويد الهضم يؤخذ من الماء العذب مقدار
 رطلين فيخل فيه من السكر الطبرزد قدر ما يحليه ثم يلقى عليه
 من ذلك المقطر اوقية واحدة وتحرك وتستعمل فانه يعوض
 الشراب الرمان والنضوج المطبوع في كثير افعالها مع ما فيه من
 اللذة والعطرية واقبال النفس **صفة فقاغ الزبيب** يقوى
 المعدة ويسخنها ويعين على الهضم ويطيب النفس يؤخذ الزبيب
 المنقى من عيدانه الرقيق القشر الابيض اللحم رطل فيدق ناعماً ويمرس
 في ثلاثة ارطال من الماء العذب ويمرس فيه من حب الرمان اوقية
 فان لم يوجد فتبدل وزنه من الانبرباريس ويخل فيه من السكر
 الابيض ثلثون درهما ويضاف اليه من الفلفل والقرنفل والسنب
 وورق التبنا وهاال وجوزبوا من كل واحد ثلاثة درهم بعد انعام
 دقها ثم يترك مدة ثلاثة ايام وعاء ثم يصفى بعد ذلك ويستعمل
 عند اخذ الغذاء وقام الهضم ولنقطع الكلام في المشروب ولله
 المستعان في اتمام ما شرطنا ونسأله التسديد والارشاد **الروضة**
الرابعة في الحركة والسكون البدنيين وهذه الروضة تشتمل

على تسعة مسالك **المسلك الاول في ماهية الحركة وفائدتها**
 قال ارسطو الحركة كالاول لما بالقوة من جهة ما بالقوة اعلم ان الحركة
 بحسب اختلافها في القوة والضعف والكثرة والقلّة لا يخرج من تسخين
 وتجهيف وكان السكون ضدها وهما يتفاوتان بحسب الكثرة والقلّة
 واحوال الابدان وغير ذلك والحر الشديدة اشد تسخيناً والكثرة اشد
 تسخيناً والحركة كالانوار التي تحدث بذاتها حرارة وليست شبيهة
 بها كالنار التي اذا سخنتا حدثت ما هو شبيه بهما فمن وافقت
 مادة مساعدة قوى تسخينها كحركة الحداد والخباز بازاء النار و
 متى لم تساعد المادة ضعف التسخين كحركة الصياد والقضاة
 في الماء والسكون مرطب لفقد التحليل الذي تحدثه الحركة ومنه مفرط
 ومعتدل فالمعتدل نافع خصوصاً بعد الغذاء لتوفير الحرارة الغريزية
 عليه والمفرط ضار جداً يولد في البدن فضولاً يئس التي تكون سبباً
 للسدد والترهل ويفسر اللون كاتراً المقصور في السجى يفسد سخنته
 وبصفر وجهه ويتغير أكثر افعاله الطبيعية وربما كان اذمان السكون
 والدعة سبباً لجود الحرارة الغريزية نص على ذلك فاضل الاطباء
 جالينوس وربما وقع في امراض ردية كالدق لان الاعضاء تضعف
 قواها لتركها الحركة الجالبة للروح الغريزي واذا كان الامر كذلك
 فالحرركات والرياضة من الضروريات المهمة في حفظ الصحة وقد
 يعين على الاستفراغ في بعض الابدان خصوصاً بالرقيق في مأكله ومشربه

المسلك الثاني في ماهية الرياضة وفائدتها وشرابها الرياضة

هي حركة ارادية يضطر صاحبها الى التنفس العظيم المتواتر والموفق
لاستعمالها على جهة اعتدالها بما من عروض الامراض المادية والمزاجية
التي تبغها المادة اذ كان سائر تدبيره من الستة الضرورية والنشيط
التي ذكرناها وبيان هذا انا مضطرون الى الغذاء الملائم المعتدل في كمية
وكيفيته لحفظ صحتنا وانما قلنا في كميته وكيفيته لان الغذاء اذا
كان مقداره زائدا على القوة الهاضمة كان جالبا لامراض الرديية
وكذا اذا كان كيفية الغذاء غالبية على كيفية المزاج ظهر منها ضرر عظيم
فيجب ان يكون الغذاء معتدلا في الكم والكيف وليس شيء من الاغذية
بالقوة يستحيل بكميته الى الغذاء ليعده عن مشابهة المعتدلي با
التام بل يفضل عنه في كل هضم فضل يبقى في سطوح الاعضاء من
الرطوبات المائية والطبيعة لا يجتهد باستفراغه لكن لا يكون
استفراغ الطبيعة وحدها استفراغا مستوفيا بل يبقى لاحالة
من فضلات كل هضم لطخة واثر لقللة اهتمام الطبيعة بها لقلتها
واعراضها والاستغناء عنها بغيرها او لضعفها عن دفعها لرقتها
او غلظها فانا تواترت وتكررت اجتمع منها شيء له قدر وحصل
من اجتماع مواد فضلية ضارة بالبدن من وجوه احدها
ان تلك الفضلة ان عفنت احدثت امراض الامتلاء وانا نصبت
الى عضوا ورثت الاورام وبخاراتها يفسد مزاج الروح فيضطر

لا محالة

لا محالة الى استفراغها ليؤمن من شرها ولا يمكن الاستفراغ للطبيعة
بلا معين والادوية اكثرها سمية فلا شك انها تهلك الغريزة ولو لم
تكن سمية ايضا فلا يخلو من حمل على الطبيعة كما قال بقراط ان الدواء
ينقي وينكي ومع نهكها الغريزة تستفرغ من الخلط الفاضل والرطوبات
الغريزية والروح سيئنا صالحا وهذا كله يضعف قوة الاعضاء
الرئيسية والمخادمة فان ترك الاستفراغ حصل السدد والعفن
والثقل والضعف وغمر الحرارة الغريزية ولو استفراغ بها حصل
استفراغ الخلط الصالح والروح ونهك القوة فالرياضة امنع
سبب لاجتماع مبادئ الامتلاء اذا اصبحت في سائر التدبير
معها لانها تستفرغ مادتها اولافاق لامع انعاشها الغريزية وتغوثها
البدن الخفة وذلك لانها تثير حرارة لطيفة فتخلل ما اجتمع من
فضل كل يوم ويعين الحركة في ازالته وتوجيهه الى مجاريه ولا
يجتمع على مرور الايام فضل يعتديه ومع ذلك فانها كما قلنا ينمي
الغريزية بتحليل ما يصادها من الفضول وتصليب المفاسد و
الاوتار بتجليلها الرطوبات المزعجة فيقوى على الافعال وتعد ^{عضوا} لا
لقبول الغذاء بما نقص منها من الفضل فيترك القوة الجاذبة
الغذاء لخلاصها عن الفضل ويحلل العقد من الاعضاء بازالة
يبسها فبيلين الاعضاء وبرق الرطوبات ويتسع المسام وكثيرا
ما يقع تارك الرياضة في الدق اي الذبول لا الحي الدق لان الاعضاء

يضعف قوتها وترك الحركة الجارية للروح الغريزية التي هي الحياة
 كل عضو قال بقراط استدامة الصحة كلها بالتحفظ عن الشبع
 وترك التكاسل عن التعب وقال في الفضول التعب ينبغي ان يقدم
 على تناول الغذاء فقال ان الابدان تقوى ويشد به ويجمع من
 ذلك الصلب ويحلل من اللين ويضعف من الكثير وينق
 لحما لنق الحرارة الغريزية من ذلك المعتدل وقال ليس كل حركة
 رياضة اراد الصعبة الشديدة التي تغير النفس ولها منفعتان
 احدهما تحلل الفضول والاخرى تقوى البدن ويشد ويجمع قال
 جالينوس ان من قدر على الرياضة قبل الغذاء فليس به حاجة
 الى استقصاء تدبير في الغذاء فاما من كان قليل التعب كثير الراحة
 فيحتاج الى استقصاء تدبير الغذاء والتوقي من الاشياء
 الحارة وتعاهد بدنه بالنقية وقال الرياضة يمكن بها حل
 الفضول واستفراغها وهي افضل واكثر منفعة من الاغذية
 اللطيفة والادوية المسهلة لان الادوية المسهلة يدق
 الاعضاء وينقص من اللحم والرياضة تحلل من غير ضرار بشئ
 من الاعضاء وقال ايضا الرياضة تقوى المعدة والكبد وسائر
 الاعضاء ويعينها على جودة الهضم وقال الحركة والرياضة مما
 يلطف المزاج ويصلح وقال السكون الدائم يخاف منه ان تطلق
 الحرارة الغريزية وقال ترك الحركة قبل الاغذاء والدعة من اعظم

الافان في حفظ الصحة كان للحركة المعتدلة قبل ذلك من اعظم
 الخيرات في حفظ الصحة قال ارسطو ان الفراغ والدعة مما يزيد في
 فساد المزاج والحركة والرياضة مما يلطف المزاج ويصلح قال بقراط
 رياضة من يكثر به امراض الراس يجب ان يكون بالساقين والرجلين
 بالذلك والمشى ومن شأن الحركة قبل الطعام ان يترك الحرارة
 الغريزية ويكسب البدن حصبا وجلدا وشدة ويفتح ويوسع
 المسام ويخرج الفضل عن البدن ويمسح الحشونة ويصفي الدم
 ويقوى الحواس ويسرع الحركات وينبه الشهوة ويشد الاعضاء
المسلك الثالث في انواع الرياضة اعلم ان الرياضة اما
 ان تكون خاصة او تكون بعمومها وتسمى رياضة جزئية او لا تكون
 كذلك وتسمى رياضة كلية وكل رياضة اما ان تكون مقصودة
 لذاتها تجري فيها منافع الرياضة او لا تكون كذلك الاولى هي
 الرياضة الخاصة والثانية هي التي تدعو اليها من الاعمال
 الانسانية كالبنجارية والخياطة والسعي في قضاء الحوائج وما
 اشبه ذلك وعلى التقديرين اما ان تكون بسيطة او مركبة
 والبسيطة تنقسم اما بحسب كميتهما فالى الكثيرة والقليلة والمتوسطة
 واما بحسب كفيتهما فاما باعتبار حال الفاعل فالى القوية والضعيفة
 والمتوسطة واما باعتبار زمانها فالى السريعة والبطيئة والمتوسطة
 واما بحسب هيئة البدن كالقيام والقعود وغير ذلك والرياضة

المركبة اما ان يكون لها اسم مخصوص او لا يكون فالاولى هي الرياضة
 الخشنة وهي المركبة السريعة والشديدة وبقابلها المتراخية وهي المركبة
 من البطيئة والضعيفة والثانية اقسامها كثيرة من جعلتها مخلوطة
 بالفترات وعلى التقادير اما ان تكون تلك الرياضة متعاطية لمادة
 او لا تكون والمتعاطية لمادة اما ان تكون تلك المادة موجبة لضد
 مقتضى الرياضة كصناعة القصاراة او تكون مقونة لمقتضاها
 كصناعة الحدادة او لا تكون ولا واحدة منهما كصناعة الكتابة
 والتي ليست متعاطية لمادة كحركة الانسان بذاته فهذا القسم
 من انواع الرياضة وانواع الرياضة التي تكون القصد اليها
 نفس الرياضة فالمصارعة وهي القوة والمباطشة اي اخذ
 منها للاخر بالعنف وهي من القوة السريعة والاحضار وهي
 العدو وسرعة المضي اي دون العدو والرمي عن القوس وهي القوة
 الشديدة ورمي الرولين والمزراق وهو رمي به لا يمرى عنه كما
 القوس والقفر اي الوثب الى شئ يتعلق به والحجل وهو الوثب
 باحدى الرجلين والمثاقفة اي الملاعبة بالسيف والرمح و
 ركوب الخيل والحقق باليدين وهو ان يقف الانسان على اطراف
 قدميه ويمد يديه قدما وخلفا وتحركهما بالسرعة فهي من الرياضات
 السريعة التي يتحرك جميع البدن واجزائه حركة ذاتية ومن
 اصناف الرياضة اللطيفة اللينة الترحيح في الاراجيح والمهود

قائما

قائما وقاعدا ومضطجعا وركوب الزواريق والسماريات وهما ضربان
 من السفن الصغار واقوى من ذلك في القوة الخيل والحمار والهنج
 وركوب العجل جمع العجلة بالتحريك ومن الرياضة القوته الميدانية
 ان يشد الانسان عدوه في ميدان ما الى غاية ثم ينكسر راسا مقهقرا
 فلا يزال ينقص المسافة كل مرة حتى يعف على الوسط
 والتصفيق باليدين او بالكفين والظفر اي الوثب والرج بالرمح
 اي الطعن وزج الرمح وهي الحديد التي في اسفله واللعب بالصولجان
 بالكرة الكبيرة والصغيرة واللعب بالطبلة وهي التي يلعب بها الصبيان
 واشالة الحجر وركض الخيل واستقطافها اي جذبها بالليام ويقال
 قطف الدابة قطفًا وقطوفًا من الدواب البطيئة وهو ضيق المشي
 والمباطشة انواع فمن ذلك ان يشبك كل واحد منها ان يتخلص
 من صاحبه وهو عيسكه وايضا ان يلقوى بيديه على صاحبه ويدخل
 اليمين الى يمين صاحبه واليسار الى يساره ووجه اليه ثم يشبكه ثم
 يقبله ولا سيما وهو يخني نارة وينبسط اخرى ومن ذلك المدافعة
 بالصدرين وملازمة كل واحد منهما عنق صاحبه بجذبه الى اسفل
 ومن الرياضة السريعة مبادلة رقيقين مكانهما بالسرعة وموانرة
 طفرات الخيل بتخلها طفران الى قدام بنظام وغير نظام والرياضة
 الشديدة والسريعة يستعمل مخلوطة بفترات ورياضة فائرة
 وجبان يتفنن في استعمال الرياضات المختلفة ولا يقام على واحدة

اما الاول فليعلم نفعها جميع المفاصل وشطايء العضل واما الثاني
فلأنها بالنها الطبيعة فيقل تفسيرها وكل عضو رياضة تحصة فالصدر
واعضاء التنفس فتارة يراض بالصوت العظيم الثقيل وتارة بالحداد
وتارة مخلوطة بينهما ويكون ايضا ذلك رياضة للقم والهاداة واللسان
والعنق وهو يحسن اللون وينقي الصدر اما كونه رياضة للقم فلما يلزم
ذلك من قمع الهواء الخارج بالصوت لاجزائه واما اللهاة بتمدها
عند خروج الصوت واما للسان فلما قلنا في الفم لان الصوت اذا كان
مستمرا على تقطيع حروف يجتمع ويترك فيه اللسان واما العنق
فلما قلنا في اللهاة واما تحسين اللون فلما يلزم فيه من حبس النفس
وتحريك الدم والروح الى خارج وتلطيف الدم واما تنقية للصدر
فتستخينة الموجب بخروج فضله ته مصاحبة للهواء الخارج بقوة
عند قوة الصوت ويراى الصدر بالنفخ كما يراض الصدر بالصوت
مع حصر النفس ويكون ذلك رياضة ما للبدن كله ويوسع مجاريه
واعظام الصوت زمانا طويلا جدا فحاطق لان دوام حركة الات
التنفس بقوة وخروج الهواء الكثير يخشى منه انفتاق في بعض
المجاري والاوعية وكذا انامة شديدة يخرج الى جذب هواء
كثير اذ ربما تطفئ حرارة القلب لجذب الهواء الكثير اليه ولكل
انسان بحسبه رياضة خاصة كما تكون خاصة لعضو عضو
فالترجى موافق لمن اضعفته الحياة الشديدة وشرب المسهلات

لتحليل

لتحليل مواد ابدانهم ونهوض قواهم وتثوير حرارتهم ولين به مرض
في الحياة لتحليل ما في الحجاب بدون جذب شئ اخر اليه واذا رقب با
لترجيع نوم بتسييل الرطوبة فيصعد الى الدماغ ويوجب النوم و
يحلل الرياح بتريق موادها وتلطيفها ويفتح المسام كذلك لانفاش
لحرارة الغريبة وينفع بقية امراض الراس مثله الغفلة والنسيان
لتحريك الاعضاء العالية اكثر من السافلة فتبيل المواد اليها ويحلها
بتثوير الحرارة الغريبة وتفتح المسام ويحرك ايضا الشهوات
الانفاشه لحرارة الغريبة وتحليل الفضول وينبه الطبيعة كل
افعالها بدفع ما يؤذيها واذا رجع على السير كان اوفق لمن به شغل القلب
والحياة المركبة اى عن مواد حارة وبارة لكونه معتدلة بالنسبة الى
غيره والتحريك المعتدل يلطف الدم ويحل من غير تسخين المخلوط الحار
وكذا الحياة البلغمية للبدن والنقرس وامراض الكلى كل ذلك لتهيئة
الفرج للمواد الى الانقلاء وركوب العجل ايضا مثل هذه الافعال لكنه
اشد اثاره منه لكون حركته سريعة مزعجة بالنسبة اليه فيكون
اقوى في التحليل وقد يركب العجل والوجه الى خلف فيقع ذلك من
ضعف البصر وظلمته نفعاً شديداً لقلعة المواد من مقدم الراس
الى مؤخره باهتزاز الراس واهتزاز العجلة ابدان يكون الى جهة قدام
وانا كان ظهره الى هذه الجهة كان انجذاب المادة اليها فينجذب من
مقدم الراس الى اخره فينفع من ضعف البصر كذلك وركوب الزوارق

والسفن ينفع من الجذام والاستسقاء والسكنة وبرد المعدة ونفخها
 وذلك التوفير المواد وتحليلها بسهولة لما يستهول النفس ويخرج أكثرها
 بالقيء وإذا كان الركوب بسواحل البحر وعند التلح فيه فيكون أقوى في قلع
 الأمراض المذكورة لما يختلف على النفس من فرح وخوف فيحرك المواد
 الداخلة وأخرى الخارج فيكون تنهوها لا تدفع بلحركات أشد وان
 هاج الغنيان من الركوب ثم يسكن كنافعا للمعدة ولدالته على تحلل
 الخلط ونفائها منه ورياضة أعضاء الغذاء تابعة لرياضة البدن
 لكن وضعها في طول البدن فيتحرك بحركة والبصر يراى شيئا
 الدقيق والتدرج أحيانا بالنظر إلى المشرقات برفق والسمع يراى
 بتسمع الأصوات الخفيفة العظيمة في الأغلب وفي الذرة يراى بسماع
 الأصوات العظيمة **المسالك الرابع** في وقت ابتداء الرياضة وقطعها
 ومقدارها أما وقت الشروع فان يكون البدن نقيًا من الفضول
 الردية فان البدن اذا كان ممتلئًا من الفضول وخصوصا اذا كان
 في ذأحي الاحشاء والعروق كيموس خام ردى ينشدها الرياضة
 فيضر الأعضاء وان يكون الطعام المستحق قد انضم في المعدة
 والكبد والعروق وحضر وقت غذاء اخر ويدل عليه لون البول مثلا
 اذا كان البول معتدلا في القوام ومال إلى صفرة دل على حصول الهضم
 الثلثة وان كان رقيقا ابيض دل على انها لم يحصل فاما اذا خلت الغزيرة
 مرة عن التصرف في الغذاء وجاوز البول الصفرة الطبيعية إلى الشح

النارنجية فان الرياضة ضارة تنك القوة وتحلل الغزيرة المقتضية
 لتحللها ايضا والمال اذا اوجب رياضة شديدة فيالحري ان لا يكون المع
 خالية جدا لئلا يضعف القوى ولا تحت الحرارة الغزيرة بل يكون
 فيها غذاء قليل لوكثر واستعملت الرياضة بعد نفذته إلى جهة الأعضاء
 غير منضم فيحدث السدد في المجارى وينبغي ان يكون ذلك الغذاء
 في الشتاء غليظا لتوفير الحرارة في الباطن ولطيفا في الصيف لقله حرارة
 الباطن وأما في الربيع والخريف فاولى الوقت لاستعمالها بعد هضم
 الغذاء لئلا يتفدجا كما قال اوحده العصر بقراط متى كان باللسان جوع
 فلا ينبغي ان يتعب بل ينبغي ان يكون وقت الرياضة اول وقت يتم فيه
 الهضم المعدي وهو الذي اى يجاوزت ساعا بعد الطعام اعلم ان البدن
 الممتلئ والممار او الرطب خير في الرياضة من البدن حارا خيرا من ان
 يكون جافا لكون الرياضة موجبا لفرط الجفاف وغر الغزيرة بخلاف
 ما اذا كان مع رطوبته وأما اذا كان البدن حارا خيرا من ان يكون باردا
 فلان البدن اذا كان باردا يكون الباطن قليل الحرارة فلا ينشدها الرياضة
 بخلاف ما اذا كان في الظاهر فانه ح يكون الباطن كثيرا الحرارة فاذا
 انضاف اليه حرارة الرياضة اسرع اليه التحلل المفرط الموجب
 لسقوط القوة والغشى اقول فيه بحث لان البدن الحار تشعل الحرارة
 وتزيد خروجه عن الاعتدال الذي بين الحار والبارد وربما اوقعت
 الرياضة للحرق في امراض يابسة بشدة تحللها المنهك فتترك

الرياضة اوله لاجتماع الرطوبات بسبب السكون فيرطب مزاجه
 ويزول ببسه ويجب على من يتدب الرياضة ان ينقص الفضل من
 الماء والمثانة ليخف البدن ويسهل عليه الحركة وليكون القلب آمينا
 من وصول الجحرة الفضول التي تخرج الحركة منها بخارات ردية وان
 يتدلك الاعضاء بشئ خشن لحصول استعداد الاعضاء قبول
 الحركة وتحلل الفضول وانعاش الحرارة الغريزية ونوح المسام والنش
 اقوى من الامس في اثاره الحرارة الغريزية ولو سيع المسام وتريق
 ما هو غليظ وان يترج بدهن عذب لسد المسام ومنع المواد من ان
 يتحلل والمراد بالعذب هنا ما لا قبض فيه لانه عون في تليين من
 الاعضاء ويسمى هذا لذلك الاستعداد كما يسمى الاول ذلك
 الاستعداد وينبغي ان يتدب لينا فان اكد يقوم الى الرياضة شدة
 وتكون بايد كثيرة متفرقة لا بمعنى ان تكون كثيرة العدد بل بمعنى
 ان يكون ذلك مكررا لانه اوصل الى الغرض وانما قلنا متفرقة ليلف
 التمرج جميع شظايا العصل بان ياخذ اخذ البدن من اليدين الى
 الشمال والاخرى بالحق وان ياخذ احدهما من فوق الى تحت والاخرى
 بالحق وتفاصيل انواع ذلك سيجي في اخر هذا الملسك ان شاء
 الله تعالى ويجب ان يجنب من الرياضة وقت الحر الشديد في الصيف
 بل العايب ان تكون الرياضة في الربيع والخريف صنحة الكبرى
 وفي الصيف وائل النهار واما في الشتاء فكان القياس ان يؤخر الى

وقت المساء لانه اذا لو استعمل الغذاء في اوله لا يتم هضمه الا
 وقت المساء والرياضة لاختيارية ينبغي ان يكون بعد انقضاء الغذاء
 ولكن الرافع يمنعها كبر الهواء وتكاثر الاعضاء والعضلات فيجب
 يد في المكان ويسخن ليعتدل ويدفع مضرة الهواء البارد ويستعمل
 الرياضة فيه واما مقدار الرياضة فيجب فيها رعاية ثلاثة امور
 الاول اللون فاما ان يزداد جودة واشرا اذا وحمرة فهو بعد وقت
 لها الدلالة على حركة الدم الى الخارج وعدم الاقلا في التسخين والثاني
 الحركات فانها ما دامت خفيفة على التحرك غير مثقلة عليه فهو بعد
 وقت الثالث حال الاعضاء في انتفاخها فاما دامت يزداد انتفاخا
 فهو بعد وقت لان ذلك يكون كثرة ما يتوجه اليها من الدم و
 والروح وعدم بلوغ الحرارة الى حد التحلل المفرط والاضطر فيها ضهور
 واما اذا اخذت في الانتفاص وسال العرق رشحاً سائلاً فيجب ان
 يقع الرياضة لان العرق البخاري انما يصير رشحاً سائلاً اذا بلغ
 قوة الحرارة بسبب الرياضة الى ان سخنت باطن البدن وح
 لولم ينقطع افترط في افتاء الرطوبات اذا العرق البخاري هو
 الذي لا يكون سيلانه عند تأثير الحرارة في رطوبات التي تحت
 الجلد في اول الرياضة وذلك لا يدل على وجوب قطعها وتحقيق
 هذا المقام في حصول المرام ما تذكره بعناية الملك العلامة
 وهو ان الرياضة اذا قصرت تعجز عن التحلل وانا اعتدلت

تسخن الظاهر دون الباطن، وتجذب العرق الغير البخاري واذا افرطت
تجذب العرق البخاري فيدخل على وجوب قطعها واذا قطع المراض الرضا
اقبل على المراض بالدهن المفرق لينع المواد من التحليل بتشدده
المسام ويلين الاعضاء والعضلات ويرطب الاعضاء وخصوصا
اذا كان قد حصر نفسه فان الحاجة الى الدهن المفرق حادة فيمنع عن
كثرة التحلل لان حصر النفس بقوى الحرارة في الباطن واذا وقعت
في اليوم الاول على صدياضة وغدوة ففرت ^{صحة} المقدار الذي يحتمل من الغذاء فلا تغير في اليوم الثاني شيئا لان
تغير الشيء مع كونه على ما ينبغي يكون تغير الشيء عن مقتضى طبعه
بل قدر غذاء ورياضة في اليوم الثاني على حد في اليوم الاول و
اعتمد على ذلك في اليوم الثالث والرابع والله تعالى اعلم **المسلك**
الخامس في ذلك وفائدته اعلم ان المادة الخرسية المضمومة بعضو
قد يتخلف عن جذب المسهل لفظها ولزوجتها ولم بقوى الحركة على
ازعاجها لتثبتها بالعضو فيحتاج الى ما يرفق قواها للتحلل والاندفاع
شيئا فشيئا ولا يحصل ذلك الا في ذلك والدلك ينقسم باعتبار
الكيف الى الصلب واللين والمعتدل اما الصلب وهو الذي يكون
بغمر قوى فيشد الاعضاء بضغطه وجعل اجزائها وتحليل رطوبتها
المرخية واما اللين وهو الذي يقابله فيرخي الاعضاء ويحللها
وترقيقها العضلات واسالتها اليها واما المعتدل فيعمل المتوسطة
بين الصلب واللين باعتبار الكم ينقسم الى الكثير والقليل والمعتدل

اما الكثير فهو المستعمل مرارا متوالية فينزل البدن بقرط التحليل الحاصل
من التكرار واما القليل فلا يهزل ولا يحصب لعدم تأثيره بحيث
يرتبت عليه اثر اى اثر يعتد به واما المعتدل فيحصب لجذبه الدم مع تحلله
واذا تركبت الاقسام الحاصلة باعتبار الكيف في الاقسام الحاصلة باعتبار

لكن تسعة هكذا اصناف الكيف اصناف الكم

اعلم ان ذلك باعتبار	صلب	كثير
الالة ينقسم الى خشن	صلب	يسير
وهو الذي يكون جرقه	صلب	معتدل
خشنة فيجذب الدم	لين	كثير
الى الظاهر سرعا الشدة	لين	يسير
تأثيره واذا امسك	لين	معتدل
اي الذي يكون بالكف	معتدل	كثير
اللبن او اللرق اللينة	معتدل	يسير
فيجذب الدم في العضو	معتدل	معتدل

لان الحرارة فيه لم تبلغ الى حد يجذب الدم الى الظاهر ويحلله ولم يذكر
المعتدل بينهما لظهور حكمه والدلك لا يخفى اما ان يقدم على الرياضة
او يؤخر عنها فان قدم استعد المادة لتحللها بالرياضة وترقيقها
وتوسيع المنافس والمجاري واستعد الاعضاء لقبول الرياضة
وتسمى ذلك الاستعداد وان اخر استعد القوة التي ضعفت بالرياضة

وبجل المشقة وازال الاعياء بتحليل بقايا الفضول التي لم يتحلل بالرياسة
 وتسمى ذلك الاسترداد والمراد من ذلك الاسترداد امران الاول
 ما ذكرناه وتحليل بقايا الفضول وهذا يسمى بذلك المسك لانه
 يسكن الم تلك الفضول والثاني حبس رطوبات يخشى قتلها من فطر
 الحركة وهو المسمى بالحقيقة ذلك الاسترداد وينبغي ان يكون ذلك
 الاسترداد بالرفق والاعتدال لانه يعد ضعف البدن من الرياضة
 والتحلات الكثيرة وح لو لم يكن بالرفق لافطر التحلل والضعف قال
 الشيخ واحسن ذلك الاسترداد ما كان بالدهن قال القرشي هذا لا يصح
 على اطلاقه بل اذا كان الغرض منه الامر الثاني وهو حبس الرطوبات
 بتشديد المسام لا فادته رطوبة في البدن اقول والله التوفيق يمكن ان
 يجاب ان المراد من الدهن ان يكون مما يحلل ويفتح المسام فيكون موافقا
 للاول وقد يكون مرطبا مستثاقا فيكون موافقا للثاني واذا اطلق الدهن
 اريد به الرنيت كما اذا اطلق الرتب اريد به رب العنب كذا حقه ابن
 التيمية في الخواشي العراقية ولا ينبغي ان يختم ذلك على جسارة
 وشدة وخشونة فيخشى تصلب الاعضاء وصرره للصبيان اكثر
 لمنع النشول ان النشوة تحتاج الى مطاوعة الاعضاء للتقدم وتصلب
 الاعضاء مانع له وفي البالغين اقل لتصلب اعضائهم المانعة
 من التحلل الكثير بخلاف الصبيان قال الفاضل جاليتوس
 في حفظ الصحة ان الخطأ الحاصل من ذلك تارة يكون من باب

الكيفية وتارة يكون من باب الكمية فان كان الاول فما يميل الى
 الصلابة خير من ان يميل الى الضخامة لانه متى كان صلبا قل انفعها
 لها عما يرد عليها من الملاحظات الداخلة والخارجة واما كان ليناً
 كان حاله بالعكس وايضا فان مواده نصير متهيأة للعفن وان
 كان الخطأ في باب الكمية فما يكون الى القلة اجود من ان يميل الى
 الكثرة وذلك لان المقنض من المادة في البدن لم يتحلل بذلك
 يمكن ان يتلافى بالرياضة والاحسن ان يجتمع عليه ايد كثيرة
 وان يوتر لدلوك اعضاءه المدلوكه ليندفع الفضول كلها ويبرز
 الى خارج البدن كانهما تنعصر فيما بين كفيين احدهما كف ذلك
 والاخر العضو الداخل ولذلك صار حصر النفس وحبسه نافعا
 جدا في هذا الوقت لان عضل الصدر الذي بين الاضلاع عتيدو
 يتوتر فيؤخذ قباط ويتر على نواحي الاعضاء كلها لينا ذلك
 جميع اجزاء العضو والمراد بالتقييد ابقاء الاعضاء على اشكالها
 وحفظها على اوضاعها وحصر النفس وخصوصا مع ارخاء عضل البطن
 وتوتر عضل الصدر ان يسهل وذلك ليندفع المواد الى جهة الاعضاء
 المدلوكه والقواط يحبسها ويزيد الاعضاء عظما ثم يوتر عضل
 البطن ايضا فتوتر يسهل ليصلب الاحتاد بذلك الاسترداد
 وينبغي ان المراد بحصر النفس وتوتر العضل او ترخيه يمشي تشاك
 برجليه وحلي صاحبه كل ذلك لتعفن ما احتبس من الفضلات ودفع

الفضل عن جميع الاعضاء من السواء والمبرورون من اهل
الرياضة يحمر النفس فيها بين رياضتهم حتى يكون اقوى في النقص
بسبب ثاوة الحرارة وربما دخلوا ذلك الاستعداد في وسط الرياضة
وقطعوها وعاودوها ان ارادوا تطويل الرياضة كل ذلك لتقوية
الاعضاء وتغظيها والتشديد يجفف ويمنع الرطوبة عن السيلان
الى المفاصل **المسلك السادس** في الاعياء الذي يتبع الرياضة
الاعياء كل مفرد يعرض في المفاصل والعضلات ويسعى في العرق تعباً و
ينقسم الى ثلاثة الاول القروح وهو ما يحسن منه في ظاهر الجلد وفي غور
كدر شبيه بمس القروح عند المشي والحركة وربما احسن حالة كخمس
الابر والشوك ويكرهون الحركة حتى التملط افشعروا وان زاد حمر
وهو اقوى الاعياء وسببه كثرة فضول حادة رقيقة او ذوبان اللحم
والشح بسبب شدة الحركة فيكون ما يدوب منها شبيها بالصديد فيلذخ
الاعضاء فاذا انتشرت تلك الفضول في العروق كسر مجدها الدهر
للجيد وافتها برطوبة فلم يجلس الاعضاء بافتها واذها ولا يحصل اعياء
واما يحصل الاعياء اذا انتفضت الفواحي للجلد فيصير الاعياء القروح
لان الاعياء القروح انما يكون لمواد حادة لاذعة في اللحم والعضل
فاما ان يكون فيها مع تلك الاخلاط مادة خامة فحة او لا يكون وعلى
كلا التقديرين اما ان يكون العروق نقية من تلك الاخلاط
الخامة او لا يكون فهذه اربعة اقسام الاول ان يكون الاعياء

القروح سادجا من غير اخلاط خامة وثانيها ان يكون مع اخلاط
خامة في اللحم فقط وثالثها ان يكون مع اخلاط خامة في العروق فقط
ورابعها ان يكون مع اخلاط خامة في اللحم والعروق معا والثاني
الاعياء التمددي وهو الذي يحس صاحبه كان بدنه قد رخص
وحس الحرارة وتمدد ويكره الحركة حتى التملط وسببه فضول مجتمعة
في الفضل جيدة الجوهر لا الذرع ولا عفونة فيها اودح بلا ذرع ولا
عفونة اذ لم يكن لناعية احدثت اعيا فروحيا ولو كانت عفنة
احدثت حتى ويفرق بين ما يكون المادة فضولا وبين ما يكون رجا
حال الحقة والثقل وقد يعرض هذا الاعياء من نوم غير تام اذ من شأن
النوم ان يستولى فيه الطبيعة على الفضول بنضجها ويدفعها الى
مجاورها الطبيعة فساكن منها من شأنه ان يندفع نحو الجلد دفعة
اليه بالعرق والوسخ والبخار واذا لم يتم النوم بقي ذلك محتبسا
في العضل واوجب التمدد وشر اصناف التمددي ما يعرض بعد النوم
لكون الفضول بحال لا يقوى النوم التام على نضجها وتحليلها وذلك
اما ان يكون لكثرتها او لعصيانها من الانفعال بسبب غلظها
او لضعف الطبيعة واشهر التمددي ما وتر شطايا العضل على الاستقامة
لانه انما يكون اذا كانت المادة شديدة الغلظ بحيث لا يمكن نفوذها
في خللها والثالث الاعياء الورعي وهو اعياء يكون البدن معه
اسخن من العادة كالمستفحج ولونا ونازيا باللس والحركة مع تعدد

اما سخونة البدن فلان حدودها لا يكون من الريح ولا من السوداء
 والصفراء لان شيئا منها لا يبلغ الى ان يوجب زيادة حجم البدن كله
 بل يكون من غلبة الدم واذا اغلب الدم سخن البدن فوق العادة
 ولا بد ان يكون الدم غير متعفن والا كان الاعياء فروجيا واما
 مشابهته بالمتنفخ حجمه فقليلة الدم انما قلنا كالمتنفخ لان الانتفاخ
 انما يكون من مادة رجيحة وههنا امثلة وشبيهه به لزيادة الحجم واما
 مشابهته بالمتنفخ لونا فلان لون المتنفخ يكون شديدا ميل الى
 الحمرة بسبب تديد المقتضى للحرارة الخارجة للدم الى الظاهر واما
 مشابهته نأذايا بالمتنفخ فلما راحة المادة يضطط الجلد وبالحركة
 كذلك ولزيادة حجمها بسبب التخلخل الذي يحدث من تسخينها
 بالحركة ويفرق بين تمدد هذا الاعياء وبين تمدد الاعياء التمدد
 بوجود الانتفاخ ههنا دون التمدد واذ عرفت هذه الانواع
 الثلاثة من الاعياء اعني القروحي والتمددي والورمي فاعلم ان
 الاطباء المحققين قد زادوا انواعا رابعا من الاعياء وهو الاعياء
 القشغي ويسمى ايضا اليبسى والفضفى وهو حاله كانه قد افترط
 الجفاف واليبس على بدنه وانما قلنا حالة دون اعياء لما قد عرفت
 انه في الحقيقة ليس باعياء وسببه قلة الرطوبة واستيلاء
 اليبس وذلك اما لكثرة التخلخل واما الافراط بيبوسة الهواء
 او الافراط بالرياضة او لقلة استعمال الغذاء والصوم او بارتطاب

خاصة او استيلاء للنفوس والغم وامثال ذلك واعلم ان الاعياء
 يحدث من وجهين احدهما اعياء يحدث عن الرياضة وهو اسلم
 وثانيها اعياء يحدث عن ذاته وهو مردى لكونه مقدمة للمرض
 ومنذبا بحروكه كما قال افراط ان الاعياء الذي لا يعرف سببه فهو
 منذر بمرض وقد تركب هذه الانواع من الاعياء بعضها مع بعض
 بحسب تركيب موادها اما بذاتها او بدون تحريك من الطبيعة واما
 بالرياضة والتحريك فيجب ان يدبر او لا الالهم مع تدبير ما هو دونه
 والالهم يكون لامور ثلاثة اما لاجل القوة وذلك بان يكون ذلك
 اشد في الالباهم واقوى واما لاجل الشرف وذلك بان يكون من
 مادة اشرف كالدم وانما يكون تدبير هذا الالهم لان خروج الدم من
 الامر الطبيعى اكثر اضرار بالبدن من خروج باقى الاخلاط لا العمدة
 في التغذية واما لاجل الجوهر وذلك بان يكون مادته افسد كما في
 القروحي وانا اجتمع في واحد من المركبات من هذه الامور اثنان
 او ثلاثة فهو الالهم الا ان يكون الواحد من تلك الامور الذي في
 المركب اقوى من الاثنين الذي في الاول فيقاوم ذلك الواحد
 الاثنين من الاول فيكون هذا الالهم ومثال هذا ان يكون اعياء
 مركب من وردى وتمددي وقروحي فان الوردى وان استجمل القوة
 لكثرة مادته بحيث اوجب انتفاخ البدن كله والشرف ايضا
 بحدوثه من الدم لكن جوهر القروحي اذا كان بعد جدا عن

الاعتدال وعن المجري الطبيعي وموجبى الاعياء الورى بـ
 الشرف والقوة اى موجبى كونه اهم اللذين هما بالشرف والقوة
 فقدم عليه الورى لشدة خطر واعلم ان العناية بتدبير الاعياء
 امان للبدن من حدوثه امراض مختلفة اذ المادة المحتبسة
 لو لم يعالج بدفعها واستفراغها عرض لها اخر الامور تعفن وفساد
 واورث امراضا كثيرة عفنة كالحمى والبثور والاورام **المسلك**
السابع في علاج الاعياء الرياضية اما القروحي منه ان كان
 السبب رياضة وحدها فعلاجه ترك الرياضة والنزاهة الراحة
 وان اقترن به كثرة من الاخلاط فنقصت تلك الاخلاط من
 البدن مما يحضها اولاً ثم التوجه الى تنقية ما بقى منها في ناحية
 الجلد بالتحليل بذلك كثير لين حذر من حدوث الضعف مع
 لا قبض فيه لان القابض منه يستمسك الجلد فيمنع التحلل
 ويزيد الاعياء وفي ^{الاول} يعنى بالمعتاد في كفيته لكن ينقص
 من كمية ليسهل وروده على الطبيعة وينهضم سريعاً ولا يشتغل
 به الطبيعة من انضاج مادة الاعياء في اليوم الثانى يعنى
 بالمرطبات لا بكسرة المادة وتعين في انضاجها وفي اليوم
 الثالث يستعمل رياضة الاسترداد لتحليل ما بقى من المواد
 ومن الادهان الجيدة الموافقة لذلك دهن الشبث والبابونج
 والاشنة لما فيها من الانضاج والتحليل واما الاعياء **المد**

فالطريق في علاجه ارخاء ماصلب لان حدوثه مقاوثة الاعضاء
 لتمديد المادة والارخاء بدفعه وذلك الارخاء يكون بالدلك
 اللين واستعمال الماء القاتر في الحمام لافادة تليين الجلد وترقيقه
 بخلاف الحار فانه مع كونه اقوى في تحليل المادة وقد تحسيف المسام
 وذلك مناف للارخاء وينبغي ان يطيل اللبث في الحمام لافادة زيادة
 التحليل والاقوى في زيادة المكث ههنا لا مادة هذه الاعياء غير
 فاسدة ولا يجوز ذلك في القروحي لانه مادته فاسدة فيخاف من
 الحمام تحريكها ونعفيتها والابتن من انفع الاشياء لهذا الاعياء
 وخصوصا كان في اليوم مرتين او ثلثة وبعد الحمام يدهن لزيادة
 تليين الجلد وانضاج المادة ثم يتناول غذاء مرطبا ليتدارك
 برطوبته التحليل المفرط لكن يجب ان ينقص من المعتاد ثلثة
 يشتغل الطبيعة بسببه عن انضاج مادة الاعياء وتحليلها
 وهذا الاعياء اخوج الى تقليل الغذاء من القروحي وقد تحل هذا
 الاعياء الرياضة بدون الحمام والتدهين بترقيق مادته ونزها
 ويجله ايضا نفس الاعياء وذلك لانه ممدود مومج وكل منها
 مسخن والسخونة محالة اذ لم يكن عروض الاعياء بذاته لفضول
 كثيرة غليظة وجب استفراغها اولاً ثم الدلك والتدهين وان
 كان رجا احتيل في تحليلها بمثل الكون والانيسون والكرويا
 بان تكدر او ينظر لما فيها من تحليل الرياح واما الاعياء الورى

فلا شئ له على اعراض ثلثة وهي التمدد والسخونة والانتفاخ كذلك
يشتمل علاجه بامور ثلثة ارخاء ما عدد وتبريد ما سخن وشتقاق
الفضول الموجبة للانتفاخ فيحتاج ذلك الى اربعة اشياء الاول
المدهين بالدهن الكثير الفاتر لما فيه من الارخاء والتليين
والانضاج وانما ينبغي ان يكون الدهن فاترا لان الجار يزيد
السخونة والبارد يضعف تأثيره الثاني ذلك اللين جدا لما
فيه من الانضاج وتفتيح المسام وتحليل الفضول الثالث طول
اللبث في الماء المائل الى الحرارة قليلا لما في ذلك من تحليل المواد
الغليظة وترقيقها الرابع الراحة ليحصل للطبيعة قوة على دفع
ما بقي من المواد الفاسدة والاعياء القشفي فعلاجه ان لا يتغير
فيه شئ من تدبير الاصحاء اذ لا عياء هناك حقيقة والاعذية
الخفيفة الاصحاء كلها مرطبة فتدفع اليبس والجفاف الا انه
يستعمل في اليوم الاول بماء فيه زيادة سخونة عما كانت في الورى
لان الماء الحار يحصف المسام وذلك يمنع من زيادة التحلل ^{التي}
لزيادة اليبس وفي اليوم الثاني يستعمل رياضة الاسترداد
برفق لما في هذه الرياضة من استرداد القوة وتحليل الفضول
المانعة من تسهيل الرطوبات وتحريكها الى جهة الجلد ليرطب
وانما ينبغي ان يكون برفق لئلا يفرط تحليلها ثم يستعمل مثل استجمام
في اليوم الاول ثم يؤمر ان ينغمس في الماء البارد دفعة ويجلس

فيه ليكتشف جلده ويقل تحلله ويحفظ فيه الرطوبة ويخرج في الحال
بلا مكث اذ لو مكث فيه لم يؤمن معه من غائلة برده وينبغي
ان يوسع الغذاء المرطب كالاحراق لان تقليله يزيد في الجفاف
وينبغي ان لا يكون الغذاء شديدا لئلا يحصل به الترطيب المطلوب
وينبغي ان يغذى في ضحوة ليتمكن ذلك عتيا ويتدهن غير البطن
بعد تقض الفضول لان الدهن يرخي المعدة فيضعف الهضم
وللحاجة في تدبير هذا الاعياء الى الغذاء اشد وان احسن اعيان
في عضل البطن في يدهن تلك العضل برفق ولين وبالجودة يجب
في تدبير هذا الاعياء ملازمة المرطبات من الاغذية والملا^س
اللينة والاستراحة **المسلك الثامن** كلام كلي في تدبير الاعياء
مطلقا وهو ان سبب الاعياء اذا كان حركة فان تركها مع ابتداء
اثر الاعياء يمنع حدوثه لكون عدم السبب موجبا لعدم المسبب
لكن لا يجوز ان يكتفى بذلك بل ينبغي ان يستعمل بعده رياضة
الاسترداد ليدفع الحركة المعتدلة المواد الى الجلد وتحللها ذلك
الواقع فيما بين تلك الحركات في وقفاتها ويجرب حاله بالاستجمام
فان ادخل الحمام وحدث فشعر بيرة علم ان بدنه غير نقي وان احدث
الحمام نافضا فالامر مجاوز للحد وخصوصا ان احدث حمى روح لا يجوز
ان يستعمل بل ينبغي ان يستفرغ تلك المواد ويصلح المزاج وان يحدث
الحمام شيئا من ذلك فهو منفع به اذا كان معتدل الماء لان ماءه

ان كان بارد اكثف البدن بافراط وحقن المواد ووجب الاعباء
 الغير الرياضية وان كان حاراجدا حصف المسام ومنع التحلل
 فلا ينتفع به في الاعياء كثير تقع وان كان الاخلاط خابية في
 العروق فينبغي ان يدبر او لا الاعياء بما يجب تدبيره على ما مر في كل
 نوع منه ثم يستعمل بما ينضج الخامة ويلطفها ويخرجها وان
 يترك الرياضة فان السكون اهضم وانضج بها الاجتماع الحرارة
 المنضجة ولا يقصد قبل النضج فانه يخرج النقي ويبقى الخام فيزيد
 الشر وكذا حال الاسهال لاجراجه الصالح وابقائه الخام المستعصم
 ولا بأس باجرا لا انه ينقي ما بقي في العروق خصوصا في المجاري الباردة
 ولا يعطى مسخنا شديدا لانه ينشر الخام في البدن ويزيد في الشر
 ولكن استعمال المسخن يرفق وبقدرة معتدلة نافع واصليح
 التدبير بان يلقى في اغذيته الفلفل والكبر والرنجيل وخل
 الاشرقاء غار لما فيها تلطيف الخام وتعطى جوارشانات معروفة
 بقدر معتدل بعد النضج لئلا يجفف الخام واستعمال القى ضار
 لانه يحرك الخام وينشره ولا يقدر على استفراغ ما في العروق
المسلك التاسع في القطن والتناوب واحوال اخر تبين الرياضة
 اعلم ان القطن حاله يضطر معها الانسان الى تحريك اليد فقرة
 البدن والتناوب ايضا حاله يضطر معها الانسان الى انفتاح
 الفم وسببها فضول مجتمعة غير لذاعة في العضل اذا توجهت

الطبيعة الى تحليلها باستعانة الحركة الارادية في توتر العضل
 المقتضى للتسخين والتحليل وتلك الفضول ان كانت حارة لذاعة
 حدثت القشعريرة او النافض بحسب قوتها وكثرتها وتلك الفضول
 اذا اجتمعت في عضل البدن يسمى غطيا وفي عضل الفكين والشفتين
 يسمى تناوبا وعروضهما بغنة بلا سبب كالبرد والانتباه قبل استيقاظ
 النوم وخصوصا اذا كثرت لانه يدل على كثرة المادة وعجز الطبيعة
 عن التحليل والاما المحتاجت الى الاستعانة بكثرة حركة العضل والجيد
 من كل منهما ما يكون بعد الهضم الاخير لانه يكون لدفع الفضول وتحليلها
 وقد يوجبها البرد والتكاثف بحق الفضول في الاعضاء
 وضعف الطبيعة وحدها بواسطة تكثيف المسام فتستمد
 في تحليلها بتحريك العضل وعلاجها تنقية المعدة بالقي
 ونقوتها بالجوارشانات الحادة مثل جوارش العود والمصطكي
 وغير ذلك وتجويد الهضم بتلطيف الغذاء **الروضة الخامسة**
في النوم واليقظة النوم هو حالة للانسان عند تعطل
 الحواس الخمس من ظاهر البدن لروع الروح النفساني الى باطن
 البدن لمساعدة القوى الطبيعية على هضم الغذاء وانضاج الفضول
 في الاعضاء واليقظة حالة للانسان عند اتباعات الروح
 النفساني الى الاتنها لتسملها وهواهم الضرورية لوجود الحيوان
 الكامل والنوم اما طبيعي او غير طبيعي والغير الطبيعي يكون اقتضاء

تخلل الارواح بحيث لا يبقى منه ما يبقى لحفظ الاصل الذي هو
المعدن ولا ينسبط الى الالات كما يكون ادوية المسهلة اذا
جفت القوة بالاسهال واستفراغ دم كثير بقصد ورعاف
او جرح او بطول مكث في الحمام او عقيب مجلل بلح على القوة
فتضعفها كالوجع الشديد واما النوم الذي يكون بسبب المرض
فلا يلح اما ان يكون السبب في القوة او في الالات فالذي في القوة
اما برده مغلظ للارواح مانع لها من الحركة والانبعاث الى الالات
او برده مبردا لالاتها فاما القوة الحيوانية المعدة
لقبول الحس والحركة اما رطوبة تثقل الارواح وتمنعها من الانبعاث
او ترخي مجاري الارواح فتطبق فلا تجد الروح مجار تنبعث فيها
واما انقباض الدماغ لدفع مواد او لضغط من عظم الخف
والنوم الطبيعي اما ان يكون قليلا او كثيرا او معتدلا فيهما و
لكل منها حكم والنوم الطبيعي له اسباب اربعة اما المادي فهو رطوبة
الدماغ باعتدال اما كون الرطوبة سببها فلا ان الانجرم الرطبة
المتراصة الى الدماغ من الاغذية بقل نفس الدماغ وترخي جواهر
عضائه وخالط الارواح النفسانية فتمنعها بغلظها عن
الانبعاث الى الالات الحس والحركة الارادية بالاضافة الى ما كانت من
قبل واما اشتراط اعتدال الرطوبة فلاننا نعلم ان جميع ما يربط
باعتدال من المتناولات ولا يستجما يفعله ذلك واذا كان النوم

الطبيعي من الرطوبة المعتدلة فالبقطة الطبيعية من اليبوسة المعتدلة
والمائل في الرطوبة او اليبوسة الى احد الجانبين اميل من الاخرين اليه
فالاكثر رطوبة من الاعتدال كالصفري اكثر سهرا واما الصوري فهو
سكون الحواس والالات للحركات عن تصرفاتها واما الفاعل فهو النفس
الحيوانية فانها هي التي يكف عن تصرف الالات الحواس في تصرفاتها واما
السبب الفاعل فطلب الاجسام والاراحة عن التعب والاعياء والكلال
الحاصلة من اعمال الحواس وتواتر الافعال والسهر في ضرورة النوم
والبقطة ان يكون الالات النفس النباتية وهي الالات جذبا لغذاء
وهضمه وتوزيعه وحالة موضوعة من داخل البدن والالات النفس
الحيوانية من الحواس واكثر الا الحركة الاختيارية موضوعة من خارج
البدن والحرارة الغريزية هي آلة القوى في افعالها ولما لم يكن ان يكون
متوفرة الى ان يكون واقفة في حالة واحدة للداخل والخارج حذرا من
افناء الرطوبة الغريزية بسرعة فافتضت الطبيعة بتقدير من له
الخلق والامر بمرادها في وقت الى ظاهر سطح البدن ليجود بذلك نظر النفس
الحيوانية الخاصة بها وذلك هي البقطة وانقادها في وقت اخر الى داخل
البدن واعماق لضرورة عمل القوة النباتية وراحة القوى الظاهر
وذلك هو النوم الطبيعي ما صد عن الطبيعة المدبرة للبدن كالنوم
الحاصل اثر التعب الشديد والنوم الطبيعي يختلف من الارواح ما
حلته حرارة البقطة ويرجع القوى من التعب ويقوى الذهن ويجود

بالفكر الذي قد يبلد وبكل من التعب ويجمع الارواح في الباطن
 فيساعد القوى النفسانية للطبيعة على افعالها فتولد القوى الطبيعية
 ح من امتناع البدن ارواحا بقدر ما استمدت من النفسانية فيتوفر
 للحرارة الغريزية في الباطن فيسكن ما في البدن من الاوجاع ويستول
 على السبب المزعج لان قوة الاحساس يضعف عند النوم فيقل الضعف
 الحاصل للقوى من تحليل الرجح فيتمكن من افعالها في مقابلة سببه
 وفي اجادة الهضم ولذلك كان يحبس الاسهال وينضح المواد الفاسدة
 ويصلح ما امكن اصلاحه بذاته او بواسطة العرق لانه يكثر في النوم
 قال ابقراط من عرق كثيرا في نومه من غير سبب في الخارج فانه يحتمل
 من الغذاء فوق ما يحتمل اقول وكذلك العرق في اليقظة اذا لم يكن
 سبب خارج كتعب كثيرا وملاقات هواء حارا وزيادة دثارا او قرب
 من نار ويجوه فان بدنه لاشك المتلى غذاء او خلط واعلم ان النوم
 المعتدل انا صادف اعتدال الاخلاط في الكم والكيف فهو مرطب
 مسخن لان تلك الاخلاط تنهضم بتصرف الحرارة الغريزية فيها
 وح يحصل منها دم مرطب مسخن وانما اشترط اعتدال النوم في
 ذلك لان النوم المفرط قد يبرد البدن لكثرة الرطوبة بالحاصلة
 منه وانما اشترط اعتدال الاخلاط في الكم والكيف لانه لو كانت
 قليلة يعرض من النوم برد باخلال الحار الغريزي وان كانت كثيرة
 يظهر به طبيعة الخلط الغالب فان الصفراء مثلا وحدها اذا كثرت

انتشرت

انتشرت به وسخنت البدن وان كثر البلغم انتشر وبرد البدن
 وكذلك السوداء والذي ينبغي لحافظ الصحة ان لا يكثر من النوم
 كما قيل انه اخ الموت الا ان يكون الوقت قبضا والزمان ضيقا
 فان النوم اذا كان زائدا على المقدار يحتمل فيه لقصر ليل الصيف
 ويبس مزاجه ومن اعتاد كثرة غير من الفضول فليتدرج في
 التقليل فان الزيادة على المقدار المعتدل غير محمود لانها يكدر الخواص
 وتبلد الارواح وتثقل الدماغ لما ينبعث اليه من الحجرة الطنج و
 الافراط منه يطفئ الحار الغريزي والقدر المعتدل الموافق للمعتدل
 المراج من ست ساعا الى ثمان ساعا مستقوتة منصلة على ما عينه
 المحققون ونهايتها مع الصباح واجوده وافضل المستقر والنقل
 الواقع بعد هضم الغذاء واتخاذة من فم المعدة الى قعرها وسكون
 النقي والقراق في البطن وبعد تنقية الفضول المعتاد وهو مضر
 بعقب الغذاء وبعد اخذه في الاخذار نافع لانه يجيد الهضم ويعين
 على احالة الغذاء الى الدم ويوزع غذا واليد عليه وتسخينه ويجب
 ان يتمشى الانسان بعد الاكل تمشيا يسيرا ان ابطا الاخذار ثم ينام
 والنوم على الخواء ردي يسقط القوة وعلى الامتلاء قبل الاخذار ردي
 لا يجابه التملل وهو حالة بين السهر والنوم وهي اضر من السهر لخير
 الطبيعة وانقباض النفس وتكدر الخاطر والملاحة عن الحركات
 وفساد الهضم وليعلم ان نوم النهار مكروه ردي خاصة في الخريف

لانه يرخي القوة النفسانية ويضعف الدماغ وبغير الطحال و
يفسد اللون ويجزم الفم ويرهل البدن فمن اعتاده ينبغي ان
يتزك بالتدريج لان ترك المألوف دفعة مضرجا فلذلك يقال
الاعتناء كالطبيعة الثانية لا يجوز تركه دفعة كما قال الفاضل ابقراط
ما اعتاده الانسان منذ زمان طويل وان كان اضربا يعتده فاذا
له اقل فينبغي ان ينقل الى ما لم يعتده قليلا قليلا على تدرج اعلم
ان مراعاة العادات على الاطلاق واجبة وتلك المراعاة
ليست في النوم فقط بل في كل تدبير بدني كما اذا تغيرت حالة
طبيعته للبدن عن العادة المألوفة وحدث شيء لم يحدث
يعهد من افراط او تفريط من شهوة او نوم او بول او براز
او شهوة باه او عرق او حكة او طعم لذوق او عادة احتلام او
تغيرت كيفية في ملمس البدن او لونه او اشتهاى ما كان مكروها
عنده او بالعكس انذرك بمرض لا محالة فينبغي ان يتدارك
بحسب اسبابه برأى طبيب حاذق واعلم ان العادة اذا طالت
مدتها صارت كأنها طبيعة ثانية لا يمكن تبديلها الا بسبب
تامة فينبغي لمن انتقل ثانية عن الشيء الغير المألوف ان يتدرج
فيه بتلطيف بحيث لا تشعربه الاعضاء فان الانتقال من الضد
الى الضد بفترة دون تدرج خطر كبيرة قال الشيخ ان النوم
لم تنفع شيء للمشايخ لانه يحفظ عليهم الرطوبة ويعقد هـ

ولذلك

ولذلك قال جالينوس انه يتناول كل ليلة بقلة مطيبة من
الخنس اما الخس فله من منوم واما تطيبه فليتدارك تدبيره قال
فان الان على النوم حريص الى ان اليوم يشح يستغنى ترطيب النوم
وهذا نعم التدبير لمن يعصبه النوم فان قدم عليه الحمام بعد استكمال
الهضم واستكن من حيث الماء الحار على الراس فانه نعم المعين له و
افضل هيئات النوم ما كان اولا على اليمين لان الكبد في اليمين وهو
اغرم المعدة فاذا نام عليه كان الكبد تحتها وكان نسبها اليه كنسبة
النار تحت القدر فيجود فعلها ويقوى هضمها ثم على اليسار ليصير الكبد
كالخاف عليه باسما لها عليه ويحصل الهضم التام من الجانبين
ويجود الكيلوس ثم يعود الى اليمين لينكم الحرارة في الكبد بضغط
المعدة اياها ويسهل اخذ ما صفا من الكيلوس اليها والنوم
على البطن مما يعين على هضم الغذاء اعانة جيدة لانه يوجب
احتقان الحرارة الغريزية وحصرها وبذلك يكثر في البطن
فيعين على الهضم ويكره النوم على الاستلقاء فهو ردي السئ
امراض ردية كالسكنة والفالج والكابوس وذلك لانه يميل
الفضول الى الخلف فيحتبس عن مجازيها التي الى قدام مثل
المخزني واللاهة وزعم قوة انه يورث الحصاة في الكلى وهو محرك
للباه كما ان النوم على الجانب مسكن له وهذا النوم من عادة الضعفاء
من المرضى لضعف عضلاتهم واعضاءهم فلا يحمل جنب على جنب بل

يسرع الى الاستلقاء على الظهر اذا الظهر اقوى من الجنب ومثل هذا ينامون
فانحين افواههم لصعفا الفضل التي بها تجمع الفكين وكرهوا الاطباء
عن النوم في الشمس وفي القمر وبعض الجسد في الشمس وبعض في الظل
والجلوس فيها كذلك واما اليقظة فانها تسخن البدن فاذا افرطت
جفت الدماغ بكثرة الانفعالات وتكررها واضعفت القوى و
اخذت حدة المزاج وربما اوقعت في امراض رديئة وكذلك السهر
الدائم وجبر النفس عليه لاسيما وقد استرخت وتبدلت فانه يضر
للناس عامة وللخفاء خاصة لانه يفسد الهضم ويجفف البدن
ويغير السخنة ويكثر تصعد الانجرة الى الراس فيصدغه ويحلل الارواح
فيتنهج الشهوة للفداء الطلب القوة بدلا بما تحلل وليفهم ان اعتدال
النوم واليقظة بدل على اعتدال المزاج وافراط النوم على الرطوبة
والبرودة وافراط اليقظة على اليبس والحرارة والتخفيف في ذلك
ان اليقظة حالة تعرض للحيوان عند انصباب الروح النفس الى آلات
الحس والحركة الارادية وسببها الاختيارى واما عرض في حال الصبر
واما مرض اما الاختيارت لثلاثة احدها ان يتشاغل بالامور الصناعية
مثلا لاسيما ان ساعده المزاج دماغية فان من الابدان ما يكون
جوهر الدماغ فيه مائلا الى اليبس فيكفي من النوم بالمقدار اليسير ويكون
في هذا على امر الطبيب قال قسطاس بن لوقا في كتابه في السهر قدر ايت
من قام اربعين يوما لم يتم في نهاره ولا في ليله وقال محمد بن زكريا

قدرايت اعدادا من الخلق يكتفون في كل اعمارهم في اربع وعشرين
ساعة من الليل والنهار بنوا اربع ساعة او خمس احدى عبيد الله بن
يحيى فانه كان ينام في الليل ثلث ساعة او ثلثا او نصف وفي النهار
ساعة او ساعة ونصف واثانيها ان يقلل الطعام ويخففه فيجفف الدماغ
ويقل النوم وثالثها ان يكثر منه حتى يثقل على المعدة فتضعف عن
حمله وينقلب من جنب الى جنب حتى يذهب النوم ويتصل السهر واما
الاسباب العرضية في الصحة فمنها الهم والخوف والفرح والفكر فان
هذه كلها يحدث السهر في الصحة وان لم يكن في جميع الناس متساويا
فانها قد يحدث يوما بان يسخن الدماغ فينجذب الرطوبة اليه لان
كل موضع يسخن في البدن ينجذب اليه الرطوبات وكذلك الحال في شدة
السراج والسبب فيه ضرورة الخلاء فيمتلئ الدماغ بالرطوبات
وينوم بالترطيب ويقل الروح ويعجز عن الحركة الا ان الحوادث
منها اكثر لانها تحدث من اجها وذلك لما يوجب خروجها الى الظاهر
ولانها تشتغل النفس بها عن تدبير البدن واصلاح احوالها
التي منها النوم واما الاسباب المرضية فمنسبها سوء مزاج وذلك
خارج عن مطلق النظر في ذلك الكتاب فلنقتصر منه على هذا القدر
فيه الكفاية لمن تدبر بعقله واعتمده في تدبير صحته والله الموفق
والهادي الروضة السادسة في الحركة النفسانية المراد بالحركة
النفسانية حركات بعض قوى النفس لان النفس لا شيتها الاطباء

مع انهم قائلون بالحركات النفسانية والحكايا وان اشبهوا فهي عندهم
ليست بمحركة اعلم ان الحركة النفسانية بسيطة ومنها مركبة فالبسيطة
ما كان عن حركة الروح الحيواني الى الداخل او الخارج او كلاهما دفعة
او قليلا قليلا فحركة الى الداخل اما دفعة وهو الفرع وهو كيفية نفسانية
يتبعها حركة الروح الى داخل دفعة او قليلا قليلا وهو الغم وهو كيفية
نفسانية يتبعها حركة الروح الى داخل البدن خوفا من موزد واقع
وحركته الى خارج اما دفعة وهو الغضب وهو كيفية يصحبها حركة
الروح الى خارج البدن طلبا للانتقام واما قليلا قليلا وهو الفرح
وهو كيفية نفسانية يتبعها حركة الروح الى خارج طلبا للوصول
الى المثلذ واما المركبة من الحركات النفسانية فالجمل وهو كيفية
نفسانية يتبعها حركة الروح الى الداخل والخارج ايضا لانه
كالمركب من فرع وفرع الى النفس يتبعض اولا الى البطن لاجل
امر الجمل انقباضا يشبه الفرع ثم ينسبط لتحقق ذلك الامر
فيحمر اللون ويشبه الفرح والهم وهو كيفية نفسانية يتبعها
حركة الروح الى داخل البدن وخارجة ايضا لامر يتصور منه
خير يقع او شر ينتظر فهو مركب من غضب وخوف لان صاحبه
يريد اولا ان يتدارك ما فات منه لظنه انه يمكن تداركه
فيستوجبه الروح الى الخارج طلبا لتداركه ثم اذا شعر بفوات تداركه
رجع متأسفا فيحزن واذا عرفت هذه الامور الستة

اردت ان ذكر معدتها فنقول ان المعد للفرح كون الروح على
افضل احواله في الكم والكيف اما كون المعد من جهة الكم فهو ان
يكون الروح كثيرة المقدار فان كثرة المقدار مفيدة لذلك لامر
احدهما ان زيادة الجوهر في الكم يوجب الزيادة القوة في الشدة
وثانيها انها تبقى بكثرتها على الباطن والظاهر فعند ما يظهر منها
قسط واخر الى الظاهر يبقى قسط واخر في الباطن والفيل يخل به
الطبيعة ويضبطه عند المبدأ ولا يمكن من الانبساط واما المعد
الكاش من جهة الكيف فهو ان تكون معدلة في اللطافة والغلظ
شديدة النورانية وههنا امور اخرى معدة للفرح مثل تصرف
النفس في العالم ولذلك صارت الظلمة موحشة موجبة للغم
ومثل مشاهدة الاشكال الحسنه لضد ما ذكرناه ومثل التمكن من
المراء في الوقت والاستمرار على مقنضى القصد من غير شاغل وكذلك
الفرار والامال وذكر ما سلف ورجاء ما يستقبل وتحديث النفس
بالامال والمجادلة والاستغراب والتعجب والاعاجيب ومصادفة
حسن الاصفاء من المحاور والمساعد والحديقة والتلبس والغلبة
في ادنى شئ وتكرار الفرح لما يفرح ويبدل على ذلك امور ثلثة
احدها ما خوذ من الاستعداد فان الجسم اذا سخن مرارا متوالية
استعد لسرعة التسخين وكذلك اذا برد استعد لسرعة التبريد
واذا تخلص استعد لسرعة الانبساط واذا كثرت استعداد



للجود فاذا تكرر الفرح صار عند القوى الباطنة ملكة قوية لقبول
 هذا الاثر ومن هذا القبيل الاخلاق المكتسبة وثانيها ان كل افعال
 يؤدي الى فعل فهو مناسب له والمناسب معاند لخصه والمعاند
 لخصه اذا تكرر نقص من استعداد الضد وزاد في استعداد الروح
 لقبول لخصه ويزيد استعدادها لقبول مقابله الذي هو الفرح
 وثالثها ان الفرح يلزمه امران احدهما قوة قوى ان الطبيعية
 وثانيها تخلق جوهر الروح لما تكلفها الفرح من الانبساط والاول
 وهو قوة القوى يتبعها امور ثلاثة احدها اعتدال مزاج الروح
 وثانيها تولد ما يتخلل منها وثالثها حفظه من ابتلاء التحلل عليه
 وثانيهما وهو التخلل يلزمه ايضا امران احدهما الاستعداد للحركة
 والانبساط للطاقة القوام وثانيهما التجذب للمادة العادية بما
 لا ينسب غير جهة الغذاء ومن شأن كل حركة بهذه الصفة ان
 تستتبع ما وراها لتلازم صفائح الاجسام وامتناع الحلاء فهذه
 وتلك معدة للفرح ومتى كانت الروح مستعدة للفرح فرحت
 من ادنى سبب فان المستعد للشيء يكفيها اضعف موجب له
 مثل الكبريت في الاشتعال فانه يشتعل من ادنى نار وما كان
 شاربا المفرح والمفرح يحصل ما ذكرناه فيشتد فرحه لوجوه ثلثة
 احدها تكثير مقادير الارواح وثانيها تعديل قوامها باللطاف
 والتنوير وثالثها بسطها الى الخارج واما الغم المقابل للفرح

فالمعتدلة منه اما قلة الروح كما في الناقهين والمفهوكين بما
 لامراض والمشايخ فلا يفي بالانبساط في الظاهر والباطن بل ينحل
 الطبيعة به واما غلظة كما في السوداويين والمشايخ فلا يطاوع
 الانبساط واما رقة كما في النساء فيسرع تحللها عندما ينشط واما
 اخطار عرضت والام قويت واحقاد تمكنت مثل التغايب في المحاولات
 والمعاشرات والمعاملات ومثل توهم المخاوف في المستقبل وخصوصا
 مفارقة الدار والديار كلها معد للغم وتكرار الغم ايضا يتبعه
 مقابل ما يتبعه كتكرار الفرح واما الغضب فالمعدله كثرة
 الدم المعتدل القوام الحار المزاج فان مثل هذا سريع ^{اشتغال}
 والحركة وتكرار الغضب بعد الغضب فان كان الدم مع كثرة
 وحرارة مزاجه غليظا كرافاته معد للغضب الثابت الذي
 لا ينحل بسرعة وذلك لكثافته فان الكثيف متى سخن لم يبرد
 بسرعة والمعد للفرح الدم الرقيق الكثير البارد المزاج فان الروح
 المتولدة عن دم هذا شانه ثقيلة الحركة قليلة الاشتغال الرطوبة
 سهلة التحلل الرقة والمعد للجل والهم توأمتها والخوف من
 امور مستقبله وتذكر امر قد صدر من اف العقول والمشهور
 معدات للامر المذكورة اعلم ان البدن قد يتفعل عن
 هيئة التقاليد غير التي ذكرناها مثل القصور النفسانية
 الوهمية فانها يثير امور طبيعية في البدن فهذه مقدمة

عليها الفلاسفة إمكان خوارق العادات وعلى إمكانها اثبات النبوة
والمعجزات النبوية وهي ان التصورات الوهمية قد تكون سببا لحدوث
حوادث واعلم ان هذه الامور التي اضفناها الى المبادئ التي بظهر
عنها كاضافة الغضب مثلا الى ما يرسم في بعضها من المنافع انما هو
اضافة على سبيل المجاز فان جميع ما يحدث في هذا العالم انما هو من
واهب الصور العالم بالاستعدادات فيفيض على كل مستعد ما هو
اليق والى من غير غل واما المبادئ لظاهرة فانما هي مقربا للمستعد
الى الكون من واهبها لكن الاطباء اضافوا الامور المذكورة الى
المبادئ الظاهرة اما لانه لا ينظر لهم في المبادئ العالية المفارقة
واما لاعتمادهم على ان من نظريتهم ان هذه المعاني اللطيفة والاعراض
الدقيقة والتراتيب العجيبة والتأليف اللطيفة المتقنة في كل متكون
لا يكون الا من عالم بذلك قادر على ايجاده ولما عرفت هذه المقدمات
الجليلة فاعرف ان التصورات النفسانية تكون في الاكثر سببا
لاحداث امور طبيعية في البدن مثل تضرس الانسان لمن يتصور
المحزنة او يشاهد آكلها فان الانسان اذا تصور ذلك حدثت
هيئة في النفس وانفعلت بها فيتفعل البدن بتبعها لما بينهما
من العلاقة ومثل ما يقال ان المولود انما يكون مشابها
لمن يتخيل الجامع صورة عند المعاشرة وكونه مشابها لما كان
بصره عليه عند الانزال وسبب ذلك ان المنيين وان كانوا قائلين

كل صورة انسانية على السواء لكنها لا يستفدان لكل صورة على
السواء لما سبق من ان قوة القابل نسبتها الى الضدين على السواء
بخلاف استعداداته فانه يكون لاحدهما والاجتمع الضدان في قابل
واحد لاستعداده للضدين واذا كانا كذلك فلا يستعدان لصورة
دون اخرى الا بمخصص فالتخيل لمخصص فيض المشابة للتخيل
من العارف ويجعله اول وقد حكى الامام فخر الدين رحمه الله انه صور
صورة حسنة وجعلها ابوه مقابله عند وقاعه بامه فولد الامام
فخر الدين وكان من احسن الناس صورة والسيرة تابعة للصورة
فلذلك كان من افاضل الناس واحسنهم ومن جملة الامثلة
تبدل المزاج بسبب تصور ما يخاف او يفرج به مثل اصابة الالحم
في عضو يولم مثل ذلك العضو اذا افزعته كحدوث الرمد المتأمل
وذلك ان العين عضو رطب سريع القبول فاذا انفعل المتأمل
عن الرمد تبع لذلك لانفعال الرمد ضرورة ومثل من تصور انه
على موضع عال يخاف السقوط فانه يسقط دفعة ولذلك ينهى
من كان مزاجه دمويا وكان كثير العفاف عن اكثر نظره الى الاشياء
الحمر في اليرقان يؤمر بؤية الصفرة لتوجب في الصفراء الى خارج البدن
ومثل ما يعرض للعاشق من العود الى الصلاح واستقامة المزاج
دفعة برونه معشوقه بعد الجفاء والقطيعة كما حكى الفاضل القرشي
في شرح القانون راينا من كان به مرض قوى جدا من الامراض الحادة

وقد بلغ به الضعف الى حد كان يعجز عن القعود فيمن حضر معشوقة
فارق المرض في الوقت وقوى حتى خرج صحبه الاطباء الذين كانوا
حاضرين عنده وقد كان غلب على ظنهم انه يفارق وتصرف في قضاء
حوائجه في تلك الساعة ولا قلبه به البتة وراينا بعض العشاق
كان به حمية فحين حضر معشوقة عرض له عرق مفرط ورعاف
واختلف مجالس ثم فارق المرض بالكلية في تلك الساعة
وقد كان بيمارستان دمشق شخص مقعد فلما آيس الاطباء
من صلاح حاله وطال مقامه في البيمارستان صرفوه وبقي في
بعض الاسواق يستعطى الصدقة مدة سنين ثم اتفق له
بعض الليالي ان يشاهد فعا تدنونه فاستغاث بالناس
فلم يكن هناك يغيشه فلما قربت منه واشتد به الفرغ عدا
هاربا وتحلل ما كان في مفاصله من الرطوبات الردية وقويت
رجلاه واستمر على الصلاح واعلم ان اى خلق غلب على النفس
لزم من ذلك ان يغلب على البدن المزاج والمخاط المناسبان
لذلك الخلق فاذاكثر الغضب سخن المزاج واوجب كثرة
الصفراء واذاكثر الغم بسبب المزاج واوجب كثرة السوداء
واذاكثر السرور كثرت الدم وسخن المزاج ويرطب باعتدال وكذا
الحال في جميع الاخلاق وقد اسماها المزاج والاخلط اما الى
حالة محمود او مذمومة دفعة بسبب انفعال نفسا في

كما قد يعرض لجماعة خوف مفرط فاستحالوا سوداويين دفعة وقد
عرض للبدن انفعالات قوية غير تابعة للمزاج والاخلط بسبب
عروض امر نفساني ولذلك يعرض لكثير من الناس اقشعرار عند
التفكير في جلال الله تعالى وربما مات خلق كثير عند قوة الفكر
وجماعة ما توا عند مفاجأة حضور من يعشقونه وكذا امتصاص
حلمة امه نافع في دفع ما يضره وذلك بسبب اشتغال نفسه بها
وكذلك يعرض لبعض الناس اشتداد كثير في قوة عند الغضب
ولذلك اذا كان با انسان وجعان معا وليس هما في موضع واحد
فان اقواهما تنزل اضعفها وذلك بسبب اشتغال النفس بالاقوى
عن ادراك الاضعف ولذلك جماعة من المتزهدين اذا اشتد بهم
الطرب القوائد انهم في النار ولا يحترقون كما حكى القرشي في شرح
القانون عن ذلك وقال وهذه الطاقة من الفقراء المنسوبين
الى الشيخ احمد الرفاعي اعاد الله تعالى علينا من بركاته كثير منهم
اذا طرب ترغم على جمر فحم كثير يكون قد اخذ ولا يزال كذلك حتى
ينطفئ باجمعه وبعضهم يجلس في التنور المسخن الى ان يبرد وبعضهم
يأكل الافعى ولا يفعل عنها امر هو لا مشهور جدا وقد يعرض للجسم
الذي يصيبه العين فاذا استحسن شيئا اشد جسده لاربابه
فيعرض من ذلك فساد كما قال النبي صلى الله عليه وسلم العين حق
وقد يقال في المثل ان العين تنزل الرجل القبر والجمل القدر

قد يؤثر الاثار النفسانية كثيرا في شفاء بعض الامراض لما حكى
القرشي في شرح القانون قال عرض لنا حيات مختلفة استمرت
بنا مدة طويلة وعرض لنا من ذلك استسقاء طبل حتى ايس
مننا الاطباء والعواد وغلب على ظننا قرب المفارقة فاعرضنا
عن مشورة الاطباء وانثرنا الاجتماع بالزهاد والفقراء حتى كان
يجتمع عندنا منهم جماعة في الليل يشتغلون بتلاوة القرآن واشتاء
الشعر بالانعام اللذيذة فوجدنا في اول ليلة خفة حملنا ذلك
على سوء الظن لمن كان يعودنا من الاطباء حتى اجتهدنا في مضادة
ما كان يشرون به حقا كان او باطلا حتى كنا ندخل الطعام على الطام
ونكثر الانواع المختلفة من الاغذية وما شابه ذلك من التدابير
التي لا يجوزها الاطباء والزمان مخالطة اولئك القوم والالتذاذ
باحوالهم فما مضى علينا قريبا من عشرين يوما الا وبدنا في غاية
الصحة وكان سننا في ذلك الزمان قريبا من اثنين وعشرين سنة
ومن حين عوفينا من تلك المرضة حملنا سوء ظننا باولئك
الاطباء على الاشتغال بصناعة الطب هذا اخر كلامه اقول هذا
القول عجب من القرشي وذلك انه يظهر من كلامه عدم نفع معالجة
الاطباء للمرض بالادوية والاشربة قط واعتقاده ان بر مرضه
انما يكون عند حضوره في مجلس الزهاد وذلك من الضنوب
التي انما اثم والتحقيق في ذلك ان معالجة الاطباء بالادوية و

والاشربة المناسبة في مدة طويلة لاشك انها تنقص مادة المرض
وتعدل مزاج العضو ونقصان المادة يوجب بزهوض الطبيعة الى
دفع المرض للحالة وذلك الزمان هو منتهى المرض فمنتهى المرض
عند الاطباء هو زمان وقوف بحيث لا يزيد سورا ولا تنقص
نقصا يعتد به واذا بلغ المرض في تلك الحالة يمكن برؤه بترك
العلاج ولذا قيل ترك العلاج علاج والفاضل المرحوم حضر
في ذلك الزمان مجلس الزهاد واسند برء مرضه عند حضوره في
ذلك المجلس وغفل المقانسة الامراض يعالجونه من الادوية
النافعة والتدابير المنجحة ومن العجيب انه لم يعرف كون ذلك من
الاتفاقيات هذا اخر التحقيق اعلم ان النفس كلما كانت اقوى كان
تأثيرها في البدن اقوى بل قد يبلغ في قوة النفس الى ان يصير
اجسام هذا العالم كلها منفعة عنها كما نفعنا ابداننا عن نفوسنا
ولذلك قد حال بعض الانبياء صلوات الله على نبينا وعليهم
ماء البحر ما حتى يصير كذلك واحال بعضهم حمل من الهواء ماء حتى
عرض عنه الطوفان المعروف وحسب بعضهم بعض البلا دكما
فعل لوط عليه السلام وكل ذلك بامر الله سبحانه اعلم ان لكل
شيء روحانية مدبرة له تدبير النفس للبدن فالمرض روحانية
تدبر وهي مدركة كالنفس المدبرة الا ان ادراكها يخفى عن اكثر
الناس وكذا اذا كان احدنا خائفا من عدوه فعند حضور عدوه

يستولى عليه الخوف فيهرب ببذنه منه وبغيب عن حضوره
كذلك يجوز ان يكون روحانية المرض خائفة من المحبوب للنفاء
والمضادة بين الحسن والقبح فيهرب منه دفعة ببذنه الذي
هو المرض فذلك يزول دفعة يشهد بذلك قول الحكماء الاشتراء
فيشرح حيث اثبتوا كل شيء نفسا مجردا مدبرا ولذلك يشهد
بذلك حتى من غير تأويل القرآن والحديث كقولهم وان من
شيء الا يسبح بحمده ولكن لا تفقهون تسبيحهم ولا تشك ان
تسبح المرض لا يكون الا بان يكون له نفس مستجيبة مدركة
اذا الادراك ليس الا بالنفس ومن ذلك ظهر لك اسرارها
معقولة كون الطاعون من الجن بان يكون الجن روحانية له
وكذلك كون الصرع منه الى غير ذلك من الامراض التي يقال انها
من الجن وينكر عليه وليس هذا محل الانكار اذ كل مرض له روحانية
ان شئت سمة جنا وان شئت سمة غير ذلك ولا ينافي هذا كون
المرض من الاخلاط فان الاخلاط للمرض كالاركان للبدن ولو سمع
الكتاب لهذا فصلنا لك ما يترتب على ذلك من الحقايق والمعارف
الحكيمة والشرعية والتوفيق بينهما وعوامض الاسرار الطبيعية
التي لا يدركها الا العالمون واذا عرفت هذه المقدمات
فاعلم ان حافظة الصحة يجب ان يمهّد النفس وميسرها بالتعليم
واعتياد الخلق الجميل وترك الغضب فان التعليم والعادة

يؤثر ان في النفس بالتركاز فيصير في النفس بالعادة الجيدة هيئة
حسنة راسخة كالطبع واعلم ان الغضب خلق مذموم ينبغي ان يحذر
فرب غضب يستحق الغضب ان غضب الله تعالى وفيه اضرار كثيرة لا
في عقله وجسمه لانه يثير في البدن حرارة غريبة وكثيرا ما يكون
سببا للحمى يوم وربما انتقلت الى حمى عفن قال جالينوس ان الغضب
قد يصيب مواد اصد بديه مرارية الى المعدة وربما حصل بسببها
غشنى وغير ذلك مثل ألم الفؤاد وقد يحصل الصرع لمشاركة فم
للمعدة للدماغ وقد يقطع حجة الانسان عند المجاجة لان الغضب
يحول بين العقل والفهم واما الفرح فالمعتدل منه محمود جدا لانه
يثير في البدن ارواحا وحرارة غريزية يسخى البدن تسخيناً معتدلاً
يستعين به على افعاله الطبيعية والنفسانية وهو من المعالجات
الجيدة المشتركة في كثير من الامراض كما علم انفا فينبغي الاعتناء
بما يوجب الميل اليه وليجنب الفرح الشديد والالتذاذ المفرط
فانه مضر جدا وربما قتل اذا تجاوز الحد لانه مفرط التخليل مبرد وقد
يخلو القلب من الروح او يحدث غشياً فوق ما يحدث الغضب
لان الارواح اذا استرسلت قليلا قليلا وخلت منها بطون
القلب كان الموت حاضرا فان لم يخل خلوا ما كان الغشنى فينبغي
لصاحب الفرح الدائم عندما يبرد عليه وارد الفرح ان يستعمل
الهدوء ويتعقل ما ذكرنا ويتصور المضار ويتفكر عواقب الامور

ليأمنه واما الهم والغم والحزن صان الله تعالى جميع المسلمين
منها فانها اضر من القرع وربما قتل بالخنق وقيل ان جالينوس
اراد امتحان ذلك فاخذ حيوانا ذا حسن قريب من حسن الانسان
فغمه اياما فلما دججه وجد قلبه ذابلا خفيفا قد تلاشا اكثره
فاستدل بذلك على ان القلب اذا تو الى عليه الغم والحزن زبل
وتلاشا فعلى هذا ينبغي لمن اراد تقوم صحته اذا عرض له احد هذه
لعوارض النفسانية الرديئة ان يلزم تسهيله على نفسه و
يسوسها ويهدىها بالرياضة والمجاهدة ومجتال في دفع ذلك
العارض بفعل غير منسوب بحزن ولا غم ما امكن دفعه حتى يكون
من اعظم الناس سلطانا على قهر نفسه فقد روى عن النبي
سلما بن داود صلوات الله على نبينا وعليهما انه قال القاهر
لنفسه اشد من يفتح المدينة وحده قلت ومعلوم ان اكل
شيء يبدو فانه يبدو صغيرا ثم يكبر الا المصيبة والمحنة بيا
المفهوم فانها تبدو كبيرة ثم تصغر ولما كان المفهوم مفتقرا
الى الاشرار ضروري ترويح القلب لم يكن له بد من نوع من
العشرة والرعاية المستطابة بمقدار ما يفارق به حد التوحش
الصادر عن همه واذا تساور فكره وامعن النظر فيما ذكرناه
واوردناه خفف عن قلبه اكثره وصرفه واخذ في ملاطفة داء
النفس بما يزيكها ويجور ذائلها حتى لا يصدر عنها الا الافعال

المحمودة كما قال ارسطو النفس غير فارغة فاما شغلها بما يصلحها
والاشغلتك بما يفسدك فيجب ان تشتغل حال سلامتها بما يكملها
من اكتساب الفضائل الخلقية والوقوف عند الاوامر الشرعية
ملازما للعلوم والعبادات وسبيلها السعادة الابدية النافعة
بحزن الدنيا والاخرة وعند الامها وانقباضها بسماع النعمات
المطربة والاركان الموافقة تسري برقها في اجزاء الجسم فيمنعه
الحسن الذكي ويهيج النفس بالشهوة الغريزية وترجي البال عما
يشب به من علائق من علائق الحزن ويزيد في فضائل النفس
وينقل افعالها كما قال حكماء الفرس اذا غضب القائم فليجلس واذا
كان جالسا فليقم المراد من ذلك الانتقال عن حالة الى حالة قلت
وحق لمن اعتراه الغضب ان يتفكر فيما قاله بعض الحكماء لبعض
السلاطين وقد سأل حيلة في دفع الغضب فقال الحكيم ينبغي
لك ايها الملك ان تذكر انه يجب ان تطيع لا ان تطاع فقط وان
تخدم فقط وان تحل لا ان تحل فقط وان تعلم ان الله تعالى يراك
دائما فاذا فعلت ذلك لم تغضب وينبغي لمن عاجله الغضب
ان يستعمل امران احدهما الحلم وهو امساك النفس عن هيجان
الغضب وبصير فان الصبر نزيق لدفع الغضب وتفكر ما وقع
من الكلام المجيد وهو ان الله مع الصابرين وثانيهما امساك
المواد المصبوبة الى المعدة بما يمنعها ويقوى المعدة والقلب

مع كرب حامض الاترج اورب التفاح المزاورب الرمان الحامض
او اشربة الليمون او النارج او الرمانين كل هذه معزوجة بالماء
المبارد والماء ورد ويحتفل باصلاح عوارض النفس فان البدن
كثير ما يتبع النفس في افعالها كما ان النفس تابعة للبدن في احواله
قال جالينوس ان قوى النفس تابعة لمزاج البدن ولذلك عقول
اصحاب الفراسة على هيئة البدن واستدلوا بها على الاخلاق
الباطنة وان العين والوجه كالمرآة للناظر ولذلك يظهر فيها
اثار الغضب والسرور والهم وقيل ان العين طلاقة عنوان
ما في النفس واعلم ان للاوهام تاثير قوى في الانفعال النفسية
التي يتبعها اثار بدنية فيجب مراعاة النفس لان الامراض خطر
جد يكثر الارواح ويزيد القوة ويهدم البدن قال ابور
زحمر عبرت السجين وشدت الوثاق وضربت بالعهد الحديد
فما هدمني شيء مثل ما هدمني الهم والغم والحزن قلت
ومعالجتها ليست من وظيف الطبيب الصرف اذ ليست مما يدبر
بالفداء او الدواء بل تهدي بامور اخر مثل الرياضة بالحكم
والمواعظ والادب الشرعية المأخوذة من سير الانبياء
عليهم السلام ومن اقتدى اثارهم فينصلح بذلك هيئة النفس
وينقاد ايضا بفروع من الرياضة السياسية كما قيل نظاما
نظم رياضة النفس فها او معاتبة او حكمة باقية

السياسة يستدج الانس منها عند فقرها فيشرق اللطف
من نور الكرمات حكى عن بعض العقلاء انه وظف على نفسه في كل
يوم ان يقف على البيمارستان فينظر الى المرضى ويشاهد علمهم و
يحضر في حضور الحكماء فيشاهد ارباب الجنايات ومحنهم ثم ينتقل
الى المقابر فيرى اصحاب الزيارات ومصائبهم ثم يعود الى بيته
فيجعل دأبه بقية يومه الحمد والشكر على نعم الله تعالى عليه في
تخليصه من كل تلك البلاء يا قلت وليستمتع العاقل من دنياه
بايقاف ما بهمه فيها وينظر الى من هو دونه فيستريح قلبه و
بدنه ففي التورية القدسية ابن آدم لو اعطيك الدنيا مجذا
فترها لم يكن لك بها غير القوة فاذا اعطيك القوة حسبت
عنيك باقها رجوت قد احسبت اليك وارتحت قلبك وبدنك
قلت ان العقول والالطفان في ضرورتها من ارجاع النعم
من اربابها وحلول النعم باصحابها وكثرة غيرهم ومصائبهم
فيهون عليه مضايبة ولم يتأسف على فاتها ويتسلى عن الهموم
وما يدعو الى ذلك من شواغل النفس اذ لا يعيش تطيب مع شيء
من ذلك ولا يصفوا معه فكر النظر في اصلاح امردين ولا
دنياه من حفظ صحة ولا غيرها وقد احسن من قال اللهم
لا يقل المصيبة وانما ينهك البدن وقيل الف يوم من السرور
يكدره يوم من الحزن واما ان ساغ لمن اعترته احداث نفسية

ردية تناول شيئاً من الشراب الرجا في فاليسير لا بأس به في
 اصلاحها كما قال بهرام جور الصوم سموم نريا الراح وخصو
 ان جولى عليه دوى الصور الحسنة خلقا وخلقاً ومن تنزه
 من الشراب ينبغي ان يستعمل المعاجين المفرجة والشراب
 المسمى بشراب الالهة وهو شراب الراسن وقد ينفع في دفع
 الحزن ان يدخل في رياض ترهه متسعة ازهارها جارية
 انهارها مفردة اطيارها فان نهبة النفس ثانياً في البدن
 وليكن الغداء لطيفاً محجوراً الكيفية ليسع انهضامه ويشتم
 الصندل والورد والحلاف فانه مفرج للقلب المخزون ويدخل
 الحمام المعتدلة الهواء بعدما يوجبه ان انبعث النفس
 اليه بالشهوة الصادقة لا عن تكلف وينام وقت النوم
 المحمود ويحذر السكر القوي كل الحذر وبمثل هذا التدبير
 يعالج به العاشق مضاف اليه اشتغاله بامور مهمة اضطرارية
 كثيرة ولا شيء له كالوصال فقد قيل خذ الدواء من الداء و
 قال ابو نواس **شعر** دمع عنك لومي فان اللوم اغراء وداوى
 بالية كانت هي الداء **الروضة السابعة في الاستفراغ و**
الاحتباس اعلم ان الاستفراغ هو خروج الفضول الى خارج
 البدن والخروج حركة وكل حركة لا بد لها من امور سعة
 ما فيه الحركة وما اليه الحركة وما منه الحركة وما له الحركة وما

به الحركة وما لاجله الحركة والزمان اما ما فيه الحركة فهي الجارى
 والمنافذ التي تجرى فيها المواد والفضول وما اليه الحركة هو
 خارج البدن والعضو الذي يندفع المواد والفضول وما منه
 الحركة هو العضو الذي يندفع منه المواد وما له الحركة هي المواد
 المتحركة وبابه الحركة هي القوة الدافعة للمواد وما لاجله الحركة
 هو تنقية البدن من المشار اليها لكن ما يتعلق منها بما نحن
 فيه امور ثلثة محرك وهو القوة الدافعة ويحرك وهو الفضول
 وما فيه الحركة وهو العضو الذي يخرج منه الفضول والاحتباس
 هو ما يلزمه انقطاع هذه الحركة فينبغي ان تعلم ان استفراغ
 ما يجب استفراغه واحتقان ما يجب احتقانه من اقوى الاسباب
 في حفظ الصحة لان بقاء البدن بدون الغذاء محال وليس يوجد
 غذاء يستحيل الى مشابهة جوهر الاعضاء حال ما يلحقها فوجب
 ان يجتس الغذاء مدة الى ان يتم هضمه ليتهيأ اخالته الى
 مشابهة جوهر الاعضاء وايضا التحلل دائم اذا البدن دائم
 القبول له والموجب للتحلل موجود دائماً وليس يمكن ان يكون
 استعمال الغذاء المستمر دائماً بالضرورة الى ان يكون عند
 الاعضاء ما يعترى به الى ان يجد الغذاء الجديد ولو امكن
 استعمال الغذاء دائماً لم يستغن عن هذا الادخار وذلك
 لان الغذاء يحتاج في استمالته الى جوهر الاعضاء الى زمان ^{طويل}

جدا وفي ذلك الزمان لا بد وان يكون عند الاعضاء ما يمددها
فلذلك اجتمع الى العروق ليحزن فيها الاخلاط وينفذ فيها الى
جميع الاعضاء واما الاضطرار الى الاستفراغ ليس بوجود
غذاء يستحيل بجلته الى مشابهة جوهر الاعضاء بل لا بد وان
يفضل منه فضول وتلك الفضول ان بقيت عند الاعضاء
افسدتها وافسدت ما يصل اليها من الغذاء واضرتها وذلك
المحتقن الذي مماحقه ان يستفرغ اما ان يعفن فيحدث نوعا
من الحيات الرديئة واما ان سخن للحرارة الغريزية فيطفيها
وقد يفرق اتصال العروق او يفتح افواهها او يحدث سدا
او اوجاعا مختلفة بحسب المادة المحتبسة وقد يحدث ذلك
ايضا الاورام والدمامل وانواع الغدد والخنازير والسرطان
والنخ واسباب الاحتقان اما ضعف القوة الدافعة او شدة
الماسكة او ضعف الهاضمة او غلظ المادة او لزوجتها
او اتجاؤ الطبيعة الى غير جهتها فيستبع المواد وقد يكون
سبب الاحتقان استفراغ ما يجب ان يحتقن كاحتباس البول
عند الاسهال والقيء والعرق الكثير واما استفراغ ما من
شانه ان يحتقن فانه يحدث يبسا وجفافا وبردا ان افترط
الاستفراغ وقد يحل القوى وربما اثار او لاهاراه حركة المواد
او لاستفراغ الخلط البارد كما انه اثار برودة لاستفراغ الخلط

الحار وافهم ان الاستفراغ وان احدث اليبس بالذات
فقد يحدث الرطوبة الفضلية بالعرض لما يحدث من اضعاف
المضوم فيتولد البلم لذلك ويكثر ويكون المستفرغ بابسا
كالمرتين وقد يحدث النخ وهو منه قتال ويحدث التمدد و
الصرع والغشي والقوة والفواق الاستفراغ المنذر بالموت
والذبول والرعيشة وقد يسلب القوى الكبدية والحيوانية
ويجلب الموت واسبابه اما شدة القوة الدافعة او ضعف
الماسكة او ايداء المادة مجدها او ثقلها او انفتاح سدا
وانفجار اورام كبارا وانقطاعا افواه عروق او انفجارها
او رقة المادة وسيلانها من ذات نفسها والذي ينبغي
لحافظ الصحة ان يعتمد تليين طبيعته في اكثر الاسور فهو
اولى به من الجفاف والتجمر وقد اجتمعت افاضل الاطباء على
ذلك وحدا بومروان بن زهر تليينه بهذا يمرض من التمرهند
عشرة دراهم في ماء يغمر من الماء الحار وينقع فيه من الراوند
الصيني نصف درهم ويترك اربعة وعشرين ساعة ثم يصفى
على اوقيتين سكر بياض ويستعمل والذي عليه الاكثرون
وهو الصواب ان كون التليين بالغذاء افضل من تليينه با
الدواء كالليمونية بالدجاج السمان ويكثر فيها من السلق
والقرطوب ويجلى بسكر ويحسا منها ويمتص بعد ذلك السفرجل

والكثيرى والمرقة الدهنية اسفيد بآجة كثيرة السلق فان
هذه المرقة اللبانية ترفق ما فى الامعاء من الثقل والدهنية
يرطبه ويرالفه وبكثرة السلق يكثر ان الافة واطلاقه فان
فى السلق بورية حادة تجلو الامعاء ويلدغها كالصفراء فيجربها
الى القيام والنبرر الكثير وقد يبدل السلق بالاسفنج اذا
كان المستعمل محرورا واما ان كان مبرورا فالسلق نعم اللين
واعلم ان اجل المليينات التى لا يضر البدن التين القرطبان
يؤخذ لباب القرطم مع عشرة امثاله تينا يابسوا والشربة
منه كالجوز وقال الشيخ لباب القرطم بالتين اليابس والعسل
فيؤخذ منه جوزة او جوزتان بسهل الماسة وقد يؤخذ من
لبابه ولوز مقشر وانيسون وعسل مطبوخ ناطفا فيؤخذ
منه على المتفاريق قبل العشاء فيلين وقد يشرب من لبه الطرى
عشرون درهما مرسا في رطل من ماء حار مع عشرة دراهم
سكر ابيض مسحوق فيسهل البلغم وقد يجعل له فى المرق
او يفخذ منه ومن اللوز حب ويستعمل قال الشيخ الراس
رحم الله تعالى عليه فى الاستفراغ والاحتباس من القانون
واما القرطم بالتين فنعيم الملين وخصوصا للشياخ فان القرطم
يسهل البلغم الذى يكثرونه والمتين يقطع الاخلاط الغليظة
التي يكثرونه وفيها غذائية مع التليين والترجيدين والشرب

خشت من المليينات الجيدة للاصحاء ومن ضروب الاستفراغ
المامون العاقبة القتل والحسن اعلم ان الحقنة نعم التدبير
فى حفظ الصحة وهى حكمة الهيئة الهمة طامركان نها كثير الاكل
وكانت فضلاء ته تحبس فكان يأتى البحر المالح ويملاء منقاره
منه فيحقن به نفسه فينطلق بطنه ويروى المله قال اطباء
الهند منفعته الحقنة للانسان كنفعة الماء للشجر اذا
اسقيت من اصله اقول ان منفعتها عظيمة فى تليين الطبع
ونفض الفضول والجذب من الاعلى واخراج الانفاذ الياسنة
عند توقف الطبع او تجرح ووقتها الابردان فينبغى الاحتقان
بامر الحقنة بان يرتب برأى الطبيب العارف حال المحقون
اذ تركيبها يختلف باختلاف السن والمزاج والوقت وسالف
التدبير وان يكون معتدلة فى قوامها بين الرقة والغلظة
وفى مقدارها بين الكثرة والقلة وفى لمسها بين الحرارة
والبرودة وان يشتغل المعدة قبلها بماء لسان ثور محلول
فيه سكر فان كانت المعدة ضعيفة فتر ذلك على النار
ويجب ان يكون الحقان ذواما ودرية وضمانة و
ليجتنب بعقب الحمام واذا عملت كيفية الحقن فاعلم
صفات **صفة حقنة لينة** تليين الطبيعة وينفع القولنج
الحاد ويخرج الثقل المحتبس اليابس فى الامعاء **صفاتها** تين

خمسة اعداد نخالة الحنطة كف ورق الخطمي اليابس
 كف ورق السلق عشرة طاقات اصل السوس الرضوض
 كف بابونج كف بغلي الجيع في ستة ارطال ماء حتى يبقى الثلث
 ويصغر فيضاف الى رطل من هذا الماء مع اوقية دهن الخل
 ودرهمين ملح هندي ونصف درهم بورق ويخلط ويحتقن
 فاترا **حقنة لبنة اخرى** يلين الطبع ويخرج الثفل اليابس
 من الامعاء **صفقتها** بابونج اكليل الملك من كل واحد اربعة
 دراهم بزر كتان بزر شبت وبزر رازياخ وبزر كرفس وناخواء
 من كل واحد درهمان بنفسه وخطمي من كل واحد درهم تربد مرض
 درهمان بغلي الجيع على الرسم المذكور فيضاف اليه بورق ارمني
 ومقل من كل واحد نصف درهم قانيد ودهن الخل من كل واحد
 عشرة دراهم يستعمل فاترا **صفقة حقنة لبنة اخرى اقوى من**
الثاني يلين الطبع وينفع القولنج زهر بنفسه وبزر خبازي
 وبزر خطمي من كل واحد ثلثة دراهم ماء هندباء وماء عنب الثعلب
 معصرين من كل واحد اربع اواق بغلي ويصفي على اوقيتين
 من فلوس الجيار شنبر واوقيتين من السكر واوقية من الشيرج
 واذا علمت احوال الحقن وصفاتها فاعلم احوال القتل
 الملينة وكيفية استعمالها وصفاتها اعلم ان المراد من
 القتال تلين الطبيعة ودفع القولنج وتنقية الامعاء وما

يليها فالحال الحقن في اللبن والحدة ونسبتها الى الحقن
 المسهلة نسبة الخبواب المسهلة الى المطبوعات المسهلة
 وطولها يكون في طول السابة من اصابع اليد او ازيد لنفع
 في المعاء المستقيم ويصل اثرها الى قولون وحفصا اذا
 اريد علاج القولنج واما اذا اتخذت لوجع الورك والنساء
 والطهر يجعل فرائج مدحرجة ليطول مقامها في موضع قريب
 من العلة وصفة القتال لبنة المستعلة في الحميات
فتيلة لبنة ينفع المحرورين صفقتها سكر احمر وقيل ملح او بورق
 بجمل السكر ويعقد ويؤخذ له قوام العقد ثم ينزل من النار
 ويذرع عليه الملح او البورق بقدر الحاجة **فتيلة اخرى اقوى**
من الاول صفقتها زهر بنفسه وسنامكي من كل واحد درهم
 بورق مجوده من كل واحد ربع درهم سكر احمر بقدر ما يعجن
 الادوية ومن المستفرغات الحافظة للصحة البقي وهو ركن
 من اركان حفظ الصحة وشفعته عامة وحفصا في المعدة
 واسافل البدن واجودما يستعمل يومين متواليين في
 اسبوعين فانه يستفرغ في اليوم الثاني ما انجلب الى المعدة
 بالبقئ في اليوم الاول فان كان استلاء البدن بحيث لا يجمل
 البقي يومين في اسبوعين كانت اليومان في ثلثة اسابيع
 او في الشهر بحسب ما في البدن وافهم ان هذين اليومين يجب

ان يكونا بغير دور معلوم لئلا يعتادها الطبيعة المدبرة
 للبدن فيضعف التأثير قال ابقراط من استعمل القيء مرتين
 في الشهر متواليه قوي معدته وحفظ صحته خصوصا اذا كان
 بغير عسر وينبغي ان يجنب القيء في الشتاء عموما وفي الخريف
 خصوصا وينبغي منه الحوال ومن يعسر عليه جدا ومن لم يعتده
 وكل ضيق الصدر وردى التنفس وضعيف الكبد والمعدة
 او مفرط السمن او ناعلة في الدماغ او العينين او الخلق قال
 الرازي يجب على صاحب الاعمال والاعناق الطويلة والظاهر
 النائية والعروق الضيقة ان يحذر من القيء قلت واذا منع
 من القيء احده هذه الموانع يجب تركه فللمعتنى لحفظ صحته
 ان يتعمد اخذ الورد المربى المنفع والسكنجبين البزوري
 مرة في كل ثلاثة ايام فان كان مرطوبا بلغما نيا اخذ الورد المربى
 مع السكنجبين العنصل فان كان مفرط البلغم مبرود المعدة
 وكثيرا ما يتلهو زمان اضاف اليهما من مرني الرنجبيل جزء افان
 كان صفراويا فالورد المربى مع شراب الليمون وافهم ان القيء
 ان كان بغثيان وتبعه خف وجودة نبض وانتباه شهوة فهو
 والا فبالصد وشراب الليمون يقيم الصفراء ويقطع البلغم
 واخذ السكر والانيسون والمصطكى والسكر المسحوقين
 واستدامة شراب الليمون السفرجل والسائل والغذية

فيها حصية كل ذلك مما ينقي البلغم من المعدة ويجلوها
 وربما اغنت عن القيء في بعض الابدان اذا منع منه ما منع
 واعلم ان الحاجة التي دعت الى القيء هو انه لو تجردت لابدان
 يتولد في المعدة والامعاء فضلات بلغميه لزجة بالطبع فاذا
 بقيت في الات الهضم الاول كالمعدة والمعاء حجبت بين الغذاء
 وجرم المعدة فيعسر الهضم ويفسد بعض الاغذية ويسوء
 حال صاحبه فاجتنب ضرورة الى تنقية هذه الفضلات
 منها اما الامعاء فان الباري تعالى جعل فضل المرار لينصب
 اليها ويغسل البلغم ويجلوه وينقيه منه ومن الثقل
 دائما واما المعدة فليس لها منق من تلك الفضلات
 اليس من القيء والاكثر منه اذا تجاوز الحد غير محمود وزعم
 بعض الاطباء ان ربما اذهب العقل واجمعوا ان ادبانه يفيد
 المعدة ويجعلها مصبا للفضول ويضعف قواها ويضر
 بالصدر والاستنان والبصر والسمع والدماغ وقد امرت ^{طبا} الاطباء
 ان يكون القيء بعد الاعتداء باغذية مغشية مختلفة في الطعم
 والمزاج واساروا بان يكون حريفة ليكون لها قوة تجلو
 وتغل لينقي ما بالمعدة من رطوبة وبلغ مثل الكواخج والاسماك
 المملوحة ومرى الصبر والبصل والكراث والفجل والشمش
 والبطيخ ونحو ذلك بالجزء الفطير وليكن الترتيب في تناول

اغذية القي بالصد ما رتبنا في الغذاء المعتاد لكل يوم فيأخذ
من هذه الاغذية السريعة الاستحالة قبل وقت العادة ولا
يكثُر مضمضها منها فقد ذكر روفس الحكيم انه ينبغي لمن اراد القي
ان لا يمتلي من الغذاء جدا فان البطن اذا امتلاء يعسر عليه
القي كما اذا امتلئت المثانة من البول يعسر خروجه ومع هذا
لم يقدر على القي وتحوف منه ان لا ينهضم فيفسد فلا
تأخذ من اراد ان يتقي من الغذاء الامقدار ما يقوى عليه
هضمه احتياطا وليس ثوب المرطوب المزاج بعده المغل يعرف
السوس المرضوض والفجل المقطع ويحل فيه السكجيين وهو
فانز فان اردت اقوى من ذلك نرده بزر الخرخير والشبث
او يسقي ماء الشبث مع دهن السوسن والمحرو وراق ورق
الخيار المدقوق المعصور بسكجيين او سكر احمر واذ اخذ
من اصل البطيخ والقثاء الرطيين ودق جميعا وعطرا واخذ
من ماءها قدر كأس فمزجها بماء فاتر واستك القى شفع
صنوف من المرار والصفراء لا سيما ان اخذ على الربو وما
يهيج القي بقوة شرب ماء الكرفس المدقوق المعصور مع
العسل بعد الغذاء وقبله واعلم انه ينبغي اذا امتلأ من يريد
ان يتقي من شرب اخذ هذه المقيبات تربص هسهه
وتحرك حركه بسيرة فاذا احسن بقلق المعدة يشد عينيه

بعضا به وبدخل في فيه نحو الخلق بتلطف ريشة ناعمة
مغموسة في شرح ويتقي من كان علوما سكا بيده تحت
سرية ويجاول التنقية بالتقية ويجتهدان يتم ذلك
بغير عنف فاذا نقت المعدة مما فيها يغسل وجهه بماء بارد
مرات فان مزجه بخل كان اجود من غير المزج ولينضمض
المبرود بماء وعسل او بماء خلط فيه سكجيين والمحرو
بما ورد خلط بخل فان ذلك يتدارك ما يقع من ضرر القي
في الدماغ والاسنان بالصلاح ويفشق الارايح الطيبة
من خور وفاكهة ويفر طرفه غمرا رقيقا ويؤخر اخذ الغذاء
وشرب الماء وان احسن الشباب والمحرو المزاج عطشا
ينظر سكون القي من حال البدن وياخذ شراب
التفاح مذاق بماء لثان الثور وماء نيلوفر معطر بماء خلط
وماء ورد ويسكن ولينورع الى ان يجد جوعا صادقا يتناول
اغذته لذينة محمودة سريعة الانهضام كالفرايح مصفوة
او لحم حدى مطبخة او لحم حروف معرفة والمبرود والمرطوب
والشيخ فشرب المسح المطيبة او يستف من المصطكي
والسكر المسحوقين من كل واحد ذنة درهم بماء لثان
الثور ويتناول من الاغذية كل حروف ويطبخ اسفند
باجة بكيات مبزرة او دلوك محضصة معرفة بمحرو

واطراف الخصى مطيبا والعصا في الدجاج والدراج مشوية
 ومطحنة بالاباريز الطبيعية العطرة المناسبة لهم ويصلون
 اغديتهم بسخوها اليومين والثلاثة مع اقتصاد فيها وتقليلها
 وحذرت الاطباء من تناول الدواء القوي للاسهال والقى بقوة
 خاصة وقالوا اذا اضطرت الى استعمال احدهما فاعدا ما يقابله
 له ان افراط والذي يعتقد به كما يتدارك قطعه ان زاد القى حتى
 تجاوز للاعتدال في الافراط بشراب الرمان المنعنع واقراص
 الورد والورد المزي المنعنع ويمتنع اعصان الكرم الرطبة
 الحامضة واعلم ان شد الاطراف بعد ذلكها ووضعها في ماء
 حار ولين الطبيعة وجلب النوم غاية في علاج القى والنهوع
 باذن الله تعالى واذا عرفت المقيئات وكيفية اخذها بضرر
 متفطنة فنقول ان ماء الشعر وماء العسل يجلوان عن المعدة
 البلغم اليسير الرقيق فاذا كان اغلظ فالسكجيين والفجل جلوا
 انه ومتى اتخد سكجيين بعسل كثير يطرح فيه فوتنج وزوفا
 وعنصل كان هذا السكجيين في العسل وجلاء ما شربت
 طبقات المعدة من البلغم فضلا عما في تجويفه وبصل النرجس
 اذا استعمل منه اثنتان او ثلث في الطعام هي القى بسهولة
 واذا ضرب الدهن بالماء الحار حتى يتخامش شرب هي القى
 وبزر الفجل اذا شرب مثقالين الى ثلاثة مثاقيل بماء العسل

الفانز هي القى وما يقوى بقوة الكنكر زد وزن درهمين
 وكذلك جوز القى وزن مثقال او اكثر وعروق القناء يقي
 اذا اخذ منه مثقالين بماء الشبث والميوزج اذا اخذ منه
 خمسة عشر الى عشرين حبه بماء الشبث ودهن الشيرج
 قيا ويكفي السقية معدة الاصحاء اصل الطنج والخيار وبصل
 النرجس وبزر الفجل وبزر الشبث وامثال هذه واما في الامراض
 الردية كالما ليخوليا والفالج واشباه ذلك فيحتاج الى حبلا
 هنك وجوز القى او كنكر زد وما اشبه ذلك والبورق
 وزن ثلاثة دراهم اذا اذيف في رطل ماء فاتر وشرب
 هي القى وطنج الزوفاء اليابس يقي كذلك طنج الحاشا
 والفوتنج النهري وماء الفجل والشبث ولب القرطم ودهن
 السوسن اذا شرب بماء فاتر يقي بقوة ودهن الفجل
 بالماء الحار والملح يفعل ذلك هذا اخر المقيئات ومن الاستفراغ
 العامة الفصد وهو علاج عظيم النفع في حفظ الصحة وشفاء
 اكثر الامراض المادية اذا اصيب به موضع وذلك انه
 اذا كان الغالب على مزاج المعنى يحفظ صحة الدم ان يفقد
 نفسه عند ظهور علاماته وهي ادرار العروق وحمرة الوجه
 والعينين والاذنين والاحساس بحرارة البدن وحلاوة
 الفم وتعط ونفاس وتكد رحواس فليبادر بالفصد عند

ذلك وليكن في الصيف اوائل النهار وفي الشتاء وسطه
 بعد تمام هضم الغذاء ودفع الفضلتين المعتادة ويخرج
 عن الدم بقدر القوة وامتلاء البدن من الجهة التي يتحيز
 ان المادة مائلة اليها وبالجمامة فيما قال نحو الجلد من غير
 فترة فانه موضعه ووقت الحاجة الى اخراجه واذ لم يظهر
 علامتا غلبة الدم المذكورة كلها او جلها لم يجز اخراجه
 الا لمن تكن له عادة معتادة في رعاها وليا بعد ما بين الاوقات
 يتدرج ويقل مقدار يستفرغه حتى لا يبلغ سن الشخوخة
 الا قد انقطعت عادة الفصد وكذلك بفعل في الاسهال
 قال قسطا بن لوقا قد يحدث في البدن عن اخراج الدم
 لغير حاجة ضعف الاتا لهضم وربما يتبع ذلك سكرة او
 فالج او استسقاء وزعم انه من افراط في الفصد قصر عمر
 وذلك لما يحدثه من سقوط القوة وضعف النفس
 وسرعة الهرم وبالجملة فان الافراط فيه مضعف للقوى
 الطبيعية كلها ومع ذلك فانه لا ينبغي ان يهمل امر الفصد
 بالواحدة حتى يصير تركه عادة لاسيما من كان شابا
 ومزاجه حارا رطبا وهو مع ذلك كثير الدعة قليل
 الرياضة او كان مدمنا لكل اللحم والخلو وشرب الشراب
 واحق منه بالفصد من يكثر به البثور والخراجات والنايل

والحيات بل يجب على هؤلاء ان يتفقدوا انفسهم بالفصد
 عند الحاجة اليه وفي فصل الربيع خاصة من غير احتياج اليه
 فانهم اضربوا عن هذا التفقد الا فيما بين مدة طويلة امكن
 ان يجتمع في ابدانهم من حيث لا يشعرون امتلاء يبلغ من
 قدره ان يجذب الامراض الامتلائية والدموية واعلم
 ان الجمامة اكثر ما يستفرغ دما رقيقا فنفعها بالعبدلين
 في ابدانهم قليل جدا وزعم ابن زهر ان تعاود فصد عرف
 الباسليق من الذراع الايمن اما من اورام الباطن وفصد
 الاكل فاعل باذن الله تعالى وينبغي ان يستنشق بعد الفصد
 ما فيه اعاس للقوى وتكثير الارواح وتقوية للقلب
 كالمسك والعنبر واشمام الزهور الذبذبة المستنشقة
 ادى ما استعمل الصحيح المزاج قد حين شراب ريجاني عطر
 مروق لاسيما اذا كان مزاجه رطبا باردا فان لم يباح له الشراب
 فدواء المسك او اقراصه في شراب تفاح فان كان محرورا
 او شابا فالصندل المقاصيري المحلول في ماء الورد والبنفش
 والخلاف والنيلوفر والورد ومياهها مشموما ومعجون
 الورد وشرابه مع شراب التفاح المز والعناب مشروبا ويجب
 للمفصود ان يقد رعداء ويلطفه ايا ما ويجعله مما يقوى
 الكبد كالزبيبية يجب الرمان فيها مدققة بلحم حروف او فرائج

ويمسك عن الكد والرياضة والجماع وعن الحمام قبله او بعده
 واعلم ان السمك المملوح يعقب الفصد والجماع مكروه وكذلك
 شرب الماء البارد بقوة ويحذر الفصد من الحوامل والطوامث
 الا عن ضرورة وكذلك من هو مستعد لمرض بارد والمشايخ
 والصفر اللون المترهلون والخفاء والسهمان جدا وضعيفا
 الكبد والمعدة وخاصة من يتولد في معدته خلط صفراوى
 وافهم ان الاطباء منعوا من الفصد في الحر والبرد الشديدين
 وعند توقف الطبع والحجرة او الزيادة في لينة وبعقب
 تناول الغذاء وبعد الحمام والجماع اذا كان الفصد اختيار
 وحذر وامن به حال الجوع المفرط والتخم وذكر ابن الرشيد
 عن بعض الاطباء متحونا قد انهكت النخلة معدته ففصد
 فادركه الغشي ومات ليومه اعلم ان من الناس من يعرض
 له الغشي اما الانصباب بخلط ردى الى معدته او الخوف في
 نفسه وفي الصورة الاولى يجب ان يشتغل المعدة عند
 الفصد بما يقوى من الربوب الحامضة والاشربة الرادعة
 للمادة كشراب الرمانين او رب الحصرم او تيقيا قبل الفصد
 وبعده وليشتم خلاخا و في الصورة الثانية بان يحال
 بين ناظر وبين الدم الخارج او تعصب العينين بعصابتين
 فبا من وقوع الغشي باذن الله تعالى ومن ضرر وب الاستفراغ

الاسهال في الفضلين في الاستفراغ المختارة في ربيع وخريف
 لبدن قليل الرياضة كثير الدعة مستحب لمحتلى منهم بكثر من
 الطعام والشراب والفاكهة واجب محافظة على بقاء البدن
 مما غلب وزاد من الفضول الضار بكيمه او كيميته وعجز الطبيعة
 في دفعه وان يفصد بالدواء من شأنه استفراغ الخلط الذي
 يتادى به البدن او يكثر بولده فيه ويحذر الدواء الذي
 يستفرغ الخلط المضاد لذلك ولا يهمل البول واداراه بل
 يتفقد واذا قل مقدار ما يبالي بالاضافة الى ما يشرب يعتاد
 بادواره باعتدال فيه كل ذلك راجع للطبيب الملازم
 للمرض اذا حادقا واعلم ان الاسهال يجذب من فوق وهو
 اوفق من القيء لمن يغلب على مزاجه البلغم والسوداء والقيء
 يقلع من تحت وهو اوفق لمن يغلب عليه المرار الصفراء وقد
 سهوا الصفراء بالصبي الذي ترضيه الثمرة وتسخط الكلمة
 والسوداء كالشود يقوده الصبي والمرأة واذا غضب لم يضبط
 والبلغم كالسبع ان لم يقتل قتل وقالوا اقهر البلغم فصرك
 عدوك وسالم الدم مسالمك صد يقك واخضع
 للصفراء خضوعك لمن فوقك وجاهد السوداء بجاهدتك
 خصمك واجمعوا اطباء ان الاستفراغ يراعى فيه امور
 عشرة وهي الاستلاء والقوة والمزاج والسن والفضل

والهواء والاعراض الملائمة والسخنة والبلد فقير المحتلى لا يجوز
استفراغه البتة وضعف القوة لاسيما الحيوانية لا يجوز
معه الاستفراغ الا ان يعين الطبيب الماهر خطرا في تركه ففعل
للضرورة وان كان بعض القوى ضعيفا والمزاج اليابس
الجاف من الدم يحرم استفراغه لاسيما ان قارن اليابس
حرارة او برودة او كان المزاج باردا رطبا عديم الحرارة او
ضعيفا فان كان حارا رطبا رخص فيه واما السن فاما
الشيخ الفاني والطفل لا يستفرغان قال الاسرائلي ولقد
دعني الضرورة في طفل ابن سنة وطفلة ابنة خمس
سنين الى الاستفراغ فكنت اعطيهم الدواء الذي سماه
الرئيس القوى الضعيف بحيث اجمع التبريد والفاريقون
والمحمودة والفريون وحب النيل واضربه في ثلاثه اشاله
عسل النحل واعطي من المجمع زنة ربع درهم وازيده الى ربع
مثقال فان احتملا وصلتهم الى نصف درهم فحصل لهما بهذا
التدبير نفعا يليغا وبرامن امراض صعبة وظهر بحجه بينا
واما العضل فاما كان من الاستفراغ والقى بمثل الماء الحار
والقتل والحقن اللينة والفصل والحجامة بحسب الاحتياج
فلا يختص بوقف دون اخر وما كان يشرب الادوية
فقد قال الشيخ الرئيس رحمه الله تعالى احذر شرب الدواء

عند طلوع الشعري العفورا قول ان هذا الرمان الحار القابض
لاضعافه القوى بالتحليل يكره فيه الاستفراغ وكذلك الرمان
البارد بافراط جمود الاخلاط فيه واما الهواء الجنوبي ورياح
السمائم والشديدة البرد لا يستفرغ فيها واما الاعراض للملائمة
فرعية فالذين اعتادوا اللذوب فالاسهال يحرم عليهم بشرب
الدواء المسهل وكذلك اصحاب سحر المعاء واسترخاء المقعدة
واصحاب فروح المشانه والكلى وارباب الصنایع النقية والمهن
الشاقة لاسيما الملازمين للنار كالحدادين والخبازين
وصناع الحمامات والمغنين في الجماع لا ينبغي لهؤلاء استفراغ
بسهل كالا ينبغي الفتي لاصحاب اوجاع الخلق واما العادة فمشرطة
فلا يفسح في استعمال مسهل لمن ليست له به عادة ما امكنت
المداقة بغيره ولا يصح عليه بدواء لاسيما القوية
الاسهال فاما من كانت له عادة بقي او اسهال فلا يجوز
له تركها قال جالينوس في قوانينه المفيدة ترك العادة
خطر عظيم قلت لان من ترك عادة من قيئ او اسهال
اجتمع ما من شأنه ان يستفرغ واحداث نوعا من الامراض
الامتلائية بحسب المادة والمستضعف من الاعضاء فل
يباعد ما بين زمن استفراغه المعتاد بالتدريج كما بينا
في الفصد ولا يلج بالمستفرغات حينما بعد حين لما في ذلك

من استفراغ الخلط الجيد واستصجاب الارواح واضعاف
القوى واما السخنة فمن كان فضفا خفيفا قليل اللحم
والشحم يحذر استفراغه واما البلد فالجنون المفرط الحر لا
يحتمل اهله استفراغا قال يحيى بن ماسويه اهل البلد الحارة
اقل حاجة الى الاستفراغ وكثيرة دوائهم ينبغي ان يكون اقل
وكيفيته اضعاف قول والبلد الشمالى المفرط البرد حيث
يصل برده الى باطن البدن لا يحتمل اهله استفراغا
لضعف قواهم واذ ادعت الضرورة الى الاستفراغ فإ
فالا بقاء اولى من الاستقصاء لان البقية يمكن
استدراكها فيما بعد وربما قوت الطبيعة عليها لقلها
فكفت موتها فقد اجتمعت الاطباء الاستاديين
على الاكتفاء بتدبير الطبيعة لاسيما ان كانت الاعراض
لطيفة كصداع يسير او تخلف في الهضم او جفاف
طبع او لينة او غير ذلك من الاعراض اليسيرة ونهوا
عن المبادرة الى علاج مثل هذا النوع وامروا بالترك
مع الطبيعة وقالوا انها القيمة على الحيوان في صحته
المعالجة لفي سقمه وزعموا انها تعلم مزاج الاعضاء
فترسل الى كل عضو ما يلائمه قال الفاضل ابقراط الطبيعة
تفعل ما ينبغي لها ان تفعل فانها اذينة حسنة الادب

لا انها

لا انها تعلم ويتأدب وقال ايضا الطبيعة تشفى الامراض
واطباء الهنود واليونانيين اذا اشكل عليهم المرض حلوا بين
الطبيعة وبينه لان الافاضل من الاوائل يقولون كل الم
غير معروف الاسباب غير معروف الشفاء واما كيفية التخلية
هي ان يترك المريض وحركانه وشهوته حتى جاع اكل
افضل طعام حرت عادته به واخفه واشهاد له ومتى
عطش شرب الماء الصالح ولا يمنع منهما ولا يتعرض عليه
بعلاج البتة بل حرص على حفظ قوته وتعديل مزاجه
فاما ان يندفع المرض بلطف من الله سبحانه واما ان
يظهر للطبيعة حركة الى جهة فيقصد بطريقها واذ اعزم
على الاستفراغ بدانا بالحمية من الاغذية والاشربة المولدة
لكيموس الردى لاسيما الذي يقصد استفراغه وتلطيف
المقتدى به وتقليل مقدار ما يتناول منه ولا يكسر
ملحه ثم انظر فان كان في المعاء فضل با بس قليلة يتناول
الامراق الدسمة ونحوها ثم انضج ما يريد استفراغه
بتعديل قوامه من ترقيقه ان كان غليظا وبالضد و
تقطيعه ان كان لزجا لينهيا نضجه بذلك وتسهيله
وتهبئة الخلط الذي يراد اخراجه فيخرج هينئلا لان
المعلم ابقراط يقول كل بدن تريد تنقيته فينبغي لك

ان تجعل ما يريد اخراجه منه مجرى منه بسهولة فليتناهد
قبل الدواء بيومين وثلاثة الحمام المعتدل فيدخله يوما
على يوم واما بعد الدواء فلا دخول له ان شاء الله تعالى وقد
فسح الشيخ الرئيس رحمه الله عليه في الاستفراغ قبل
النضح في الامراض الحادة اذا كانت المادة متحركة وقال
ان الخطر في الاستفراغ قبل النضح طول المرض والخطر في
تاخير النضح في الامراض المهيأة لانصباب تلك
المواد الردية الى مخائق الروح موت العليل اقول ولئن
يطول المرض خير من ان يموت العليل واعلم ان ابلغ
استفراغ خلط وجب خروجه اخذه في استفراغ غيره
من الاخلاط واوقفه بالخروج ما كان بعد النضح وانقعه
ما اعقب راحة وخفة والصد بالصد لا سيما مع تغير
لون وراحة والجمع بين استفراغين في يوم خطر وليحذر
الاستفراغ من دماغ او كبد دفعة ولا بما فيه تبريد
كثير ولينما دواء محل بقوة او ما فيه قوة مضادة
وليتجنب من كبده ومعدته ضعيفة بشرب سقمونيا
او شبرم او نحوها الا بعد اصلاح كيفية ولا يقدم على
الادوية الغريبة المجهولة والادوية القوية الاسهال
جدا خصوصا الاتراك والحبس ولا يستفرغ دفعة

من قوة غير قوية ولا من اخلاط ردية او مختلطة بدم الا
يحرز ونلطف بين مرات وتجنب شرب الدواء المتخوم و
المتلرز للاخلاط والمتمرد للشراسيف والملتهب للاحشاء
وذو سمام واسعة ويقدم القيء على الدواء من يعرض له
منه غثيان وكرب وشدا الاطراف مانع للقيء المفرط ومع
الترياق قانع بفعل الدواء ان افراطا واذا توقف بفعل الدواء
ولم يغن محرك واحد مفسا وقلقا انتقل الى القتل فان
لم تف بالحقنة اللينة فان الامر الى تغير رائد الفصد
اذن واجب واذا لم يعرض منه تغير ولا يكن قد جاب الفصد
ضروري ولو في اليوم الثاني واذا احتيج الى فصد و
اسهال قدم الفصد على الاسهال اذا كانت الاخلاط
متساوية والا سهلت الخلط الغالب ثم افصد فاذا
ظهرت علامات الامتلاء ولم يظهر غلبته بخلط مخصوص
فعليك بالاستفراغ العام وهو الفصد وبارد الى ذلك
فان الامتلاء اذا لم يتدارك لم يؤمن غائلته وافهم ان
اكثر الادوية المسهلة فيها سمية ما فيجب اصلاحها
بما فيه بارد زهرية ومضى اغفل الطبيب ذلك لم يؤمن
ضرر من استعماله ولا يكثر في الدواء المدرا فانها تجذب المادة
الى خلاف جهته الاسهال ويقلل فيه الحلو ولا يقدمه البتة

حتى لا تنقر منه الطبيعة ومن الادوية ما يستفرغ من
عمق البدن كالغاديقون والتريب وايارج جالينوس والبر
غاديا ومنها ما لا يصل الى ذلك كايارج فيقر الذي لا يتعد
حدته عروق الكبد وانما يبقى المعدة ويستفرغ الرطوبات
الفضلية دون الرطوبات الاصلية وكشم الخنظل له
خصوصية عجيبه في تنقية الدماغ ليست لغيره واذا
دعت الضرورة الى استفرغ مادة استفرغت من اقرب
الاماكن اليها مثل ما علنا العلم ابقراط كالادرار لحدية
الكبد والاسهال لمقرها واحترز عند الاستفرغ من
مرور المواد الى عضو رئيس يجب عليك ان تمال المواد مناو

لدفع ذلك الرئيس فتعود الى ذلك العضو الرئيس فيتفادى اي يعظم
الامر ويعظم البلية ولذلك لا يستغنى عن الطبيب الفاضل النقيج والنجار ابان طبيبهم

ولا يعتقد ان غلظ الاطباء يسير الازية ولا بن الرومي
في ذلك **شعر** غلظ الطبيب على غلظة مورد **عجرت** موارد
عن الاصداء **والناس** يلجون الطبيب وانما غلظ
الطبيب اصابة المقدار **نشر** ولا ينبغي مطاوعة النوم
على الدواء المسهل وقد ابتدأ في الاجابة والتقي عند
منها فغله فعلا محمورا لاسيما ان كانت صورة الدواء
حبوبا واعلم ان النوم والتعاس والعطش يعقب الاسهال

والقيء

والقيء دليل النقا واذا فرغ من الاسهال يقدم بفسد
الوجه والاطراف بالماء الفاتر ثم اعطه شراب التفاح و
نوفرهما لسان الثور او يحل في ذلك سكر مكرر ومع ذلك
لا بد من ان يستف زنة درهمان بزر قطونا صمغ و بزر
ريحان وقرب منه الفواكه الطرية العطرية والرياحين
الذبذبة المستنشقة ونومه نومة خفيفة ثم غده بغذاء
لطيف صالح الكيفية كالمراق الفرائج السمان المصلوقة
مقصورة بالمصطكى مطيبة بالدارحيني وتعرف في وعاء
موافق للنفس والمنظر الى الصنعة متجرا اعطاه ثم يتورع بها
ذلك ويسكن ويحفظ اياما من اكل الفواكه لاسيما البطيخ
والحوامض مطلقا واعلم ان الافراط في الاسهال ردي جدا
لا يحافظ القوة باستصحابه للارواح واضرارها البدن
ونهكة قال ابقراط الدواء كما ينبغي كذا ينبغي وقال الرازي
ان الافراط في الادوية يخلق البدن ويؤديه الى الدق
والذبول وخاصة ان كان خفيفا باسبا قلت يكفينك
هذين الشاهدين وقفا وعظمة وقدير هنت الاطباء
في موضوعاتها انه ما امكن التدبير بالغذاء فلا يتعرض
الى الدواء فان احتيج دواؤه وامكن ان يكون غذائيا
لم يتجاوز الى غيره وان كان دواء مطلقا ينبغي ان يكون

لطيفا وامكن الغذاء بدواء مفرد لم ينجح الى المركب لكونه
حلا على الابدان وكذا على الاطباء من مشاق الاوبة وانكاه
وتغيرها وقد اوردنا جملة كافية فيما يتعلق بالمسهل
وفوائد كثيرة لازمة له ضرورية للناس عامة ومحافظ
الصحة خاصة وبقي ان نوفي له باتمامه وهو ان يعلم ان
من اعدى الاسباب على الصحة واجلبها للامراض احتقان
الفضلتين من بزار وروبون وحسبه في ذلك قول الفاضل
جالينوس حيث قال ان الغائط اذا رجع الفهقري افسد
الاخلاط كلها بترقى انجرة الى الدماغ فيكدر جميع الارواح
فيكون سببا لابتداء العفونة وفساد هضم وجلب الامراض
الصعبة كالقولنج والذخير والدوار قلت واحتقان البول
يحدث عسر البول وامراضا اخرى المثانة ونواجبها وهو
مردية جدا فينبغي ان لا يرخص فيها بالمطل والتطويل ولا
يتسامح في اخراجها واذا انها عند الاحساس ولو كان راكبا
في الاسواق هذا اخر الروضة السابعة بعون الله حسن توفيقه
الروضة الثامنة في الجماع ومنافعه ومضاره وتدبيره
اعلم ان من الامور التي ليست بضرورية ولا ضارة اذا فعلت
على ما ينبغي هو الجماع والحام فنقول اولا الجماع اعلم انه لما
كانت عناية الطبيعة بحفظ النوع اعظم من عنايتها بحفظ

الشخص المعين جعلت اللذة البدنية التي لما به بحفظ النوع
وهي لذة الجماع فوق اللذة التي لما به بحفظ الشخص وهي لذة
المأكل والمشروب فكانت الشهوة مقتضية على طلب تلك
اللذة غافلة عن مقصود الطبيعة قال الفيلسوف افلاطون
اللذة في هذا العالم اجرة للخدمة ولولا هي ما اكل الناس ولا جا
معوا لانه لو كان لا يأكل الا المشتاق للبقاء ولا يجامع الا من
يطلب الولد بغير لذة لما فعل هذا اكثر الناس ولعلم ان الجماع
منافع اذا استعمل في الوقت الذي ينبغي بالقدر اللائق فانه
اذا كان بهذه الصفة استفرغ من البدن ما هو محتاج اليه
استقراره فاحدث خفة في البدن وراحة في النفس ونشاطا
وهذا من افكار ردية ووساوس سوداوية وربما جلب
الفرح وسلب الترح وزعم روفس الحكيم ان الجماع نافع لمن
يملكه مرة السوداء والجنون وزعم الرازي انه يسكن
عشق العاشق ولو كان مع غير من يهواه ولعلم قد يحصل
التارك الجماع وخاصة بعد امانته ضروريا من الاعراض
الردية والامراض المؤذية كوجع الظهر والورك والخواصير
والانتئين وانواع الحصب والدمامل فان كان ممن له فضل
مادة وقوة شهوة ترقى الى دماغ انجرة تفسده ويورث
دوارا وسدرا وطنينا في الاذنين وربما عرضت له العلة

المسماة فريموس وهو توازن قيام الذكر بحيث لا يقدر الجماع
 عند الشروع فاذا جامع زال ذلك الاعراض والامراض
 عنه واعلم ان الجماع اذا كان بقدر ملائم محرك للحرارة الغريزية
 بحيث لا يضعفها وهو افاد البدن تشخيصا معتدلا ونبتة شهوة
 الغذاء وجود الاستمرار وحسن اللون فمن يجري فيه المقدار
 الموافق للبدن في الوقت الذي ينبغي فغله فيه حفظ صحته
 باذن الله تعالى جلت قدرته واما مضارة فان استفرغه
 لجوهر الروح ابلغ من سائر الاستفرغات ويدل على ما قاله
 الشيخ الرئيس في قصيدته المسماة بحفظ الصحة **نظم**
 لا تكثرن الجماع فانه ماء الحيو براق في الارحام وقد ينسب اليه
 رحمه الله تعالى عليه هذا البيت ايضا **نظم** ولاتك في
 وطئ الكواعب مسرفا فاسراف للعرافى الهوام
 وقال محمود بن عمر الشيباني في قصيدة المسماة بحفظ
 الصحة نظيرة للشيخ **نظم** وادار الجماع فان فيه
 لمن والاه داعية السقام ولتعلم ان الجماع اذا وقع
 على فوق ما ينبغي او وقع في غير وقته الذي ينبغي اضر بالمعدة
 واضعف هضمها كما قال الشيخ الرئيس في حفظ المعدة من
 القانون ولا شيء اضر بالمعدة من الجماع وان ضعف المعدة
 ضعف البدن كله ولذلك كثرة يرخي البدن وخطه وغيره

واذهبت مضاره اللون وبهائه وربما اضعف القلب
 وبلد الذهن وقد تورث اوجاع الصدر والظهر والكبتين
 والساقين والقدمين وظلمة البصر والدوار والجزع والرعشة
 وربما احدث لاضعاف الهضم قولنا ويوقع في الحيات
 العفنة المتطاولة وهو مسرع للهضم لاستفراغه الرطوبة
 اصلية وجوهر الروح وليفهم ان المنى متولد مما جاد من الهضم
 الرابع فان اسرف فيه اخذ مما جاد انضمامه من الهضم
 الثالث وهو خلاصة الدم ولذلك يخرج احمر اذا اسرف
 اخراجه لانه لم يتم انضاجه بخلاف المنى الناضج فانه
 ابيض نقي والشيخ الرئيس رحمه الله ذهب الى ان القضيب
 يأتيه قوة الانتشار والريحية من القلب ويأتيه الحس
 من الدماغ والتخام ويأتيه الدم المعتدل والشهوة من
 الكبد والشهوة الطبيعية له قد يكون بمشركة الكلية
 والتحقيق عندى ان اصله من القلب وابقراط ذهب الى ان
 المنى من الدماغ واستدل على ذلك بان في الصديق عرقين
 اذا قطعما يخرج منهما شيء ابيض وينقطع النسل بانقطاعهما
 ولم يوافقهما جالينوس على صحة هذا الدليل قلت والذي
 عليه الاكثرون وهو الحق ان الطبيعة تجمع المنى من جميع
 اعضاء البدن ولذلك كان الولد من الشخص الناقص

بعض أعضائه نقصا طبيعيا ربما نقص منه ذلك العضو
بغيره والعلّة في كون اللذة الحاصلة من الجماع من لذات
القوة الالهية ولذته أشد من باقي لذات الحواس التي هي
الطف منها الكثافتها وبطئ انفصال ما يحصل منها الغلبة
من الطبيعة ليكون الشهوة مشتاقة على طلب مثل تلك
وكلما كان الجماع الذكاني أضعافه أشد وأعلم أن جماع الشخص
المحبوب يستفرغ كثيرا وأضعافه قليلا وجماع المكرر بالضد
لتأذي الطبيعة من ذلك الجماع وأما المقدار المستعمل من
الجماع فيختلف باختلاف المزاج فالحرار الانثيين الرطبهما
باعتدال قادر على التكرار من غير ضرورة والمبارد الانثيين
اليابها بالضد من ذلك وسابينة مفصلة ولقد شكى إلى شخص
دموي ينضرب بتركه ولو يوما واحدا ويجد وجعا برأسه وقوتا
في نفسه وثقلا ببدنه ولا يوافق إلا الدفع المتعدد في الليل
والنهار ومن الناس من لا يجتمعه في سن الشباب كسرة
في الشهر ويتركه فان احتلم مرض بعقبه اليومين والثلاثة
وقد زعم حنين بن اسحق أن الإنسان إذا دام على المباشرة
في كل يوم وليلة مرة واحدة لم يهرم ولم ينقص من قوته شيئا
أقول ليس شيء من قضايا الطب مطلقة الأولها شروط
مثل هذا فإنه لا يحمل على ظاهره بل هو خاص بمجال الانثيين

في الحرارة والرطوبة كما يبناهو بحسب القوة والسر والسحنة
والوقت الحاضر وبالجملة فإنه لا نسبة بين الضرر المتوقع من
قلته والمتوقع من الاكثار منه فيجب على العاقل المحافظة على
صحة الاقتصاد فيه وكلما تجاوز عن حده انعكس على ضده
بل يملك نفسه عند طلبها الزيادة منه كل يحكي عن الفاضل
ابقراط أن أقليمون صاحب علم الفراسة بن عم أنه يستدل
بتركيب الإنسان على أخلاق نفسه فاجتمع تلاميذه ابقراط
على استئذان فصوروا صورة ابقراط ثم نهضوا بها إلى أقليمون
وقالوا له انظر إلى هذا الشخص واحكم على أخلاق نفسه من
تركيبه كما ترعى أقليمون في تلك الصورة ودقق النظر
في شخصه وقرن أعضائه بعضها ببعض ثم قال هذا رجل
يجب النكاح فقالوا أخطأت فراستك وضل علمك
هذه صورة ابقراط وهو ليس كما قلت فقال أقليمون لا بد
لعلني أن يصدق فساءلوا ابقراط فإنه لا يكذب فرجعوا ثلاثة
أبقرات إليه وأخبروه بما صنعوا وما قاله أقليمون فقال
ابقراط صدق أقليمون فيما قال أحب النكاح ولكن أملك
نفسي وأما وقت استعماله فهو عند استكمال الهضم الأول
وتوسط الهضم الثاني أو استكمالها وهو الأولى بحيث يكون
البدن متوسطا بالحقيقة بين جمع حالاته فلا يكون ممتلئا

ولا خاويا ولا سخنا جدا ولا باردا جدا فان وقع خطا في شيء
من ذلك فلتن يستعمله وهو ممثلي خير من ان يستعمله
وهو خاو ولتن يستعمله وهو حار رطب خير من ان يستعمله
وهو بارد جاف وقد ذكر كسرى انوشروان سأل عن الحارث
ابن كلد الطبيب عن افضل اوقات الجماع فقال له عند ادبار
الليل فان البطن يكون اخلي والنفس اشهى والرحم اوفى
اقول ان هذا الوقت لمن يريد التمتع والالتذاد واما
الجماع في اول الليل فهو الافق للحمل واما نتمه شروط الجماع
فهو ان يكون عن شهوة صادقة والة موافقة لاعن
شهوة حركتها فكرة او نظرة او وقت معتاد ولا لاله قاصرة
والشهوة فائرة فان كل ذلك من علامات غير وقته وقد
سئل ارسطو الفيلسوف اى الاوقات للباه فقال المسائل
اذا اردت ان تضعف بدنك قلت اوجز الفيلسوف في الجواب
ملخص النصيحة اذ ليس خزوج المنى موافقا لكثير من الناس
خصوصا للشيوخ لاستفراغه الرطوبات الاصلية من
بدن يابس محتاج الى ما يرطبه ويقويه قال روفس الحكيم
الجماع يبرد البدن الحار ويزيد البارد بردا حتى ان قوما
برومون حفظ الصحة امتنعوا من الجماع اصلا وكان
ابو مسلم الخراساني لا يجامع زوجته الا مرة واحدة في سنة

ويقول

ويقول الجماع جنون ويكفي المرء ان يجز في العام مرة اقول و
قد لا يطبق هذا اكثر الناس ولا يحتمل مزاجه وكثيرا ما يضر
بافعاله فانه كما يوافق لمزاج بعض باخريل الذي يلبق بالعاقل
المراعى صحته ان لا يعدل فيه عن الواجب وينظر الى الذي
يحتمل قوى بدنه ويستقيم معه مزاجه فلا يتجاوزوه وكلما زاد
السن يقلل منه بالتدريج هذا هو الواجب من جهة تدبير
الجسد مضاف الى ما يتعين من طهارة النفس وعفرتها
وقد قال ابقراط انه يعرض للمكث من دق وخاصة اصحاب
الابدان الباردة اليابسة لاسيما ضيق العروق الخفاء
الذين هم هربا بالطبع لا يزيدهم بردا ويبسا اقول ينبغي
لصاحب هذا المزاج ان يحذر الجماع حذر العدو والمهلك
كذا قال الرازي وبكره الاكثر منه للبطي الانزال والدقيق
الحض وضعيف البصر والعصب ينبغي ان يلاعب المرأة قبل
مواقعتها ومداعبتها بتقبيل خدود كروذ وغير النديين و
اعتناق باليدين فاذا تغيرت هيئة عينيها وتزايدت زفيرها
وارادت الالتزام واجتمعت الارادتان وقوى الشبق ونم
الانتشار فهو وقت الاستمتاع بها ويكثر فيه التذادها
ويزداد فيك حبها ويدوم لك ودها وقد نقل عن بعض
العارفين بامور النساء انه قال ان اردتم معشر الرجال

وذا النساء وحلوتهم بهن فلا عبوهن وداعبوهن قبل التمتع
 بهن ولا تكونوا كما للفحل الذي جعلوا بهيمة بقتة وذكر عن الحافظ
 ان ملك زمانه سأل عنه بما الذي ينبت المحبة في قلوب النساء
 النساء قال المداعبة والملاعبة قبل الجماع والالتزام القوي
 عند الافراغ قال فما الذي يعرفهما بالمحبة قال اجتماع الانزالين
 قال فما الذي يفسد مودتهما قال ان يستعمل معهن غير ذلك
 قال لا سرايلى ومجبان يصرف همه اليها وبقبل بكلمة
 عليها خال البال من شواغل النفس فاذا بال منها سكن
 بعد ذلك فلا ينهض على قدميه قائما لانهم جالساً ^{بضبط} يجمع
 على جانبه الايمن في فرش وطئة ويقرب منه المشام
 الطيبة ويتدثر خاصية في الشتاء وينام اقول يجب
 ان يمسك العاقل عما تدعوه اليه المعاودة دفعة اخرى
 ذلك اليوم وتلك الليلة لئلا يكلف الطبيعة وتكد
 القوى فيضعفها وينكها اما الشاب فمنهم من يحمل الخطأ
 في ذلك واذا الرموه وفقوا في الامراض من اجله وما يكاد
 يسلمون او اما الشيخ فيهدم قواه ويهلكه ومثل ذلك فلا
 يصدر من عاقل يروم حفظ صحته على الكمال فليس خروج
 المتى من تدبير الصحة الا في حق شواهد من اصحاب الامزاج
 القوية الغير المخرفة واما اصحاب الامزجة المختلفة

الرديّة لا يقاس عليها لانهم بساعة اورث خرفاً طويلاً
 فان احسن من قد جامع باعياً بعد النوم وكانت معدته
 حالية ولوان له اذ في شهوة فليقتد بفداء ليس بالكثير
 ذا كيفية جيدة ويتطيب ويجلس قدرا ما ثم يتحرك بلطف
 ويعاود النوم المستغرق فيذهب عنه الاعياء بحول الله تعالى
 ويعود الى الحالة الطبيعية فان لم يتم ووجد قلاء وضعفاً ^{سقوط}
 قوة الاسيما ان وقع الفعل بمدة طويلة وتكرر فاسرف وحس
 بكمال البدن فان ائتضاف الى هذه العلامات ما يعضدها
 مثل خفقان ورعشة ويندم على ما وقع علم من ذلك انه
 اخطأ قال من المضاغعة فوق ما تحمله قواه او فعله في غير
 وقته وارداها ما اجتمعا فينبغي تلافي ذلك العلاء يسرع اليه
 التأثير من الاعراض الحادثة ويعالجه بالتدبير الذي شأنه
 تقوية القوى وانعاش الروح وترطيب البدن فيسكب
 الماء الفاتر على الاطراف والبارد بحسب الفصل والمزاج و
 يضع القدمين فيه ويدهن البدن كله بدهن التنفس
 والنبيلو فان كان الفضل جارا والمزاج كذلك وان كان
 بالضد فيدهن الخيز او البابونج ويمرغ الاعضاء بلبين
 واعتدال ليرطبها ويكثر من الرش على الوجه بماء الورد المنجر
 الظاهر العطر فان تناول زينة دانق مومياء معدني خالص

مدوف في شراب ريجاني عتيق افاده او ياخذ ماء العسل
او المنثرد بطوس اودواء المسك الحلو هذا للكهول وما قرب
منه ويشم اريج المنعثة للقوية المقوية للقلب كالمسك
والعنبر والغالية واما الصندل المحكوك في ماء الورد او ماء
الخلاف والورد والريحان والاس والبنفسج فشهم الشارب
وما قرب منه وان احتاج الى التغذية غدى بما وقليل الكم
جيدا الكيف كصفرة البيض النيمشت وصفته يقفص البيض
في ماء مغلي بقوة ويرفع منه طريا فيدر عليه ملح وكون
او ملح وزعتر او ياخذ ماء اللحم المطيب وهذه صفته يؤخذ
من لحم خروف فتى الفخذ يشح رقيقا ثم يعمل في قدر فخار
ويرش عليه يسيرا من الماء الصافي ثم يحرك في القدر و
ينشف حتى يترطب به كله ثم يرفع القدر على النار وهي مائلة
على جنبها وتطالب بالنار ويحرك اللحم ويرفعه بالمعلقة
الى اعلى القدر ويغفر فيها سال من عرق اللحم في جانب القدر
يجعه اولا فاوّل ويغزله في وعاء نظيف ولا يزال كذلك
بفعل حتى يبطل ما يسيل منه فيجتمع اللحم ويعصره حتى لا يبقى
فيه رطوبة البتة فيغزل ويرجي به ثم تاخذ ما اجتمع من
المائية ويجعل في قدر فخار اخرى صغيرة ويلقى فيه حصاة
ملح ومن ماء التفاح مثل ربعة ومن الحمر العتيق مثل ثمنه

ثم يرفع القدر على النار ويطلب بالغليان وتنزل برغوة
وترفع ويستعمل فاتره فيقوى بقوة الله القوة الواهبة
او ياخذ فئات الحمر النقي منقوعا في شراب ريجاني عطر ومما
يقوى قوته ان يستنشج بخار لحم شوى على حجر محودة الوقودة
ولياخذ من الشراب الاصفر اللون مقدار ايسير محروجا
الى الصرافة بماء لسان الثور في الوقت الذي لم ازل اعرفك
به او ياخذ بقدر ما يستمر به معدته من لبن الضأن او البقر
وهو طار يغريته وينام فان النوم نعم الخلف لما سلف
واعلم ان ذلك الاطراف عند النوم وبعده مما ينعش الحار
الغريزي باذن الله تعالى وقال بعضهم من اراد ان يجامع
ولم يودنه ذلك فليأخذ شيئا من بزر الكراث بشراب
اقول وفي الجملة يدبر بالتنويم والتوديع والتسخين والتز^ط
والترويح واما الاستحمام بعد الجماع فليكن لمن يبرد بدنه
بعقبه بالماء الحار ومن يسخن بدنه ويلتهب بالماء البارد
ان احمله مزاجه وسخنه والا بالفاتر وان احسن نقشاوة
سببها كثرة الجماع فعليه بدهن البنفسج الحاصل يجعله
في المفرق ووسط الراس وينسعط به ويدخل الحمام المعتدل
الهواء بحيث لا يتعرق فيه ويجعل القصد الترطيب فيكثر
من صب الماء على جملة بدنه ويغمس وجهه في ماء عذب ظاهر

السخونة ويفتح فيه عيناه ويغلقها بسرعة مرارا وهو
 مع ذلك يحركها بمغدة وبسيرة وفوق واسفل الى ان يضيق
 منافسه ثم بعد ذلك يخرج متدثرا متوفيا من الهواء
 البارد ويغيب الحمام مدة ويمسك عن الجماع ويتدرج في
 التقليل منه فان كثرة المفرطة قد يحدث برد البدن وقد
 يكون سببا لقطعة البتة فان لم يجد ما قلنا من العلامات
 التي كنا في ذكرها بل وجد بعقب الجماع شرورا وخفة ونشاطا
 وهدوء النفس وسلامتها من الكابة والفكر الردي واخذت
 العين في النعاس فشق بان الجماع في وقته ومقداره الاثق
 به ولا تخش من افراط وخاصة ان وجد رغبة فيما فعله
 فياخذ بيومه مستغرقا على بطون الفرش وظهور المحاد
 مستنشقا بارابح طيبة وان احتاج بعد النوم الى
 الغداء فياخذ منه في اوقات استحقاقه الذي قد عرفت
 غداء محمود كالم الحروف ذبح في يومه مبرز معطر باقوى
 مطيب بزغران مشوي على نار هادئة وكلما بضع منه جانب
 غمس في شراب ريحاني شمس عتيق وعيد الى النار هكذا
 الى ان ينضج ياخذه بالخبز النقي ويقول كما لنفع عطر ممزج
 بحسب النصل الحاطر والمزاج فان اراد التنقل فليقلب
 فستق وقلب لوز اوجب الزلم اوجب الصنوبر بالفا^{ند}

من الفواكه الرطبة امكنه يجعل ملح طعامه مما يوجب في سرعة
 التنفوس يفعل فانه الغاية واما ملح مائده فيجعل فيه
 ابدار تجيلا وقللا مد فوقين ويكثر من مقدارهما
 ليظهر اثرهما الا ان يكون شابا او محرورا المزاج فانه
 لا يحتمل هذا التسخين وينبغي ان يجتنب الجماع بعقب
 الاستفرغات كلها من قبي او قصد او اسهال او دم
 بواسير او بوط ورم او خراج وكذلك بعد الخروج من
 الحمام ولا في الحمام ولا في حال عطش او جوع ولا على امتلاء
 من غذاء او شراب ولا وقت الحر والبرد الشديدين
 ولا عندما يكون هناك تحة خوفا من نفوذ مآدتها ولا
 عقب القضب النصب السهر وبعقب المرض خاصه فانه
 ربما اهلك الناقة وقد ذكرنا ان ناقها من حم حادة
 جامع واخلت قوته وحصل له الفشم ومات ليومه و
 حذر ومن الجماع عند تغير الهواء الى الفساد وعند الحاجة
 الى دفع ما في احد السيلين من براز وبول وقالوا ان
 البول اثر الجماع يؤمن الحصاة باذن الله سبحانه وتعالى
في الاغذية والادوية العينة على الجماع وتوليد التي
 اما الادوية فمنها مفردة ومنها مركبة اما المركبة فدواء
 المسك ومعجون الفلاسفة ومعجون الحلتي ودواء

اللُّبُوب وجوارش البرزور والمثروبوطوس فاني رايت
غريباً الفعل في الانفاظ لاسيما للبرودين واذا استعمل
من هذه الادوية من مثقال الى مثقالين بحسب مزاج المستعمل
له بشراب ريحاني او بماء العسل او بماء الجرجير ظهر نفعه
ظهرياً بينا واما المفردة فالدار صيني والخولجان والبهمن
والزنجبيل والتفاحل خصوصاً المر بابين بالعسل
والنارجيل والدار فلقل والكندر والمفا وحب التلم
والفرنقل ولبحب القلب والحبة الخضراء والبصل
والثوم والجند فوقاً والنفع يقوى او عبة المنى و
الجرجير والابخرة والجذر والفجل والهلون واللوبيا
وبرورها والباقلاء والحمص منفتح حار وافق الباء و
خاصة الاسود منه لاسيما ماؤه الذي صلح فيه وابلغ منه
نفعاً الماء المنقوع فيه الحمص النقي وخصبة الثعلب بشراب
عطر يقيد الانفاظ قوة واذان الفار البري غريبة الفعل
في الباء والانفحة كذلك لاسيما انفة الفصيل فاني
رايت لها خصوصية عجيبة في تقوية الباء والمستعمل
منها قدر حصة بماء فاتر فان افرد الانفاظ غلبت
الذاكين بماء بارد مرات ليسكن وللتفتقور في الباء قوة
مشهورة وابعوده الذكر الذي يصاد من نهيجه في زمن

الربيع وافضل ما استعمل مفرداً غير مركب مع غيره والشربة
منه مثقال الى ثلاثة مثاقيل بحسب المستعمل له ووفق ما
بالشراب الريحاني وقد يعوض بماء العسل او بماء الزبيب
لمن تنزه من الشراب فيظهر له اثر عجيب والخنازير من اعضا
منه واصل ذنبه وكلاه وشحمها واقوى من ذلك فعلا
سمة وملحها مفردة كانت او مركبة وبواقفهم اغني البرودين
من اللبوب السندق والفسنق واللوز وحب اللب والصنوبر
والنارجيل وقلب الجوز والسهمس والمحرورين والخشخاش
ولب القثاء وبزر الخنار وبزر البطيخ المفشورين ولبحب
الفرع وبزر بقلة البمانية والحسك ونحو ذلك واما
الاغذية الباهية اجع الاطباء على ان الانتفاع بالغذاء
في الباء ابلغ من الانتفاع بالدواء اذا كان المنى مكنوناً في
جوهر ما ينهضم منه والقضاء الملايم من اللحم الحار
والدجاج والدراج والديوك والذكور السمان من الجديان
والعصافير نافعة وخصوصاً ادمغة ذكورها وفراخ الحمام
ايضاً وخاصة العلوفة بالحمص والباقلاء واذا اخذ منها
فرخان ناهضان فذبها ونشف وبشها واخرج ما في بواقيها
وحشها جوزبوا وفاقله وخولجان ونفع ومن الفلفل
ودار فلفل وزنجبيل من كل واحد درهم ثم جعل في قدر برام

وغمر في ماء وزيت انفاق ونصف رطل شراب ريحاني
عتيق وانزلت القدر في التور وتفقدت وكلما نقص شيء
من الماء عوض بشرب ريحاني عطر كذلك الى ان يتناش
الفرخان فيرفع من التور ويحاطيح من الفرة وهي فارة
فان لها قوة شديدة في الانعاض وعلى قدر ما يرغب في زيادة
الباه يحس من تلك المرقمة دهن والسرطانات النهرية نافعة
ولولا الشرايع حرمت فلعوم النسر والخنزير لكانا في الغاية
واعلم ان البيض النيمبرشت كثير الموافقة للباه لاسيما اذا خافها
ومما يزيد لها قوة ان يذتر عليها عند اكلها من ملح سرعة
السفنفور لموافقته لسائر الامزجة فان اضيف اليه دارصيني
وفلفل وزنجبيل بقدر الاحتمال افاد المرطوب والمبرود وان
جفف ذكر تور وسحق وذر على صفرة البيض النيمبرشت كانت
افادته قوية والسبك الطري اذا شوى والقي عليه منه
او مما قبل من الاقاوت الحارة واكل سخنا افاد الباه
وبعض الجمل كذلك والياقلاء اذا ذر عليه دارفلفل
وزنجبيل او شقاقل ودارصيني افاد الباه وكذلك الجزر
والمشوى في الرماد والجزير نافع لاسيما البرى وانواع
الحلوى الرطبة كالاخضبة ونحوها موافقة واذ اعقد العسل
الصافي بفتق وقلب صنوبر طري وجوز كان اكثر موافقة

والهرية يقوى الباه لاسيما ان طبخت بحليب البقر
فان اضيف اليها نار جيل ودهن بط او فح العظام السمان
كان ناسيرها ابلغ والديوك المخصبة المسمنة كانا مراقبا
مفيدة والهيلون والجزر باللحم الفتى والبيض والكرات و
البصل والخص كل هذه اغذية مفيدة للباه وقد اجتمعت
اعيان الاطباء ان كل غذاء اجتمع فيه الحرارة والرطوبة
والنقى كان معينا على الباه ومن علم هذه الجملة لم يعسر عليه
ان يولفها في طعامه ودوائه وليعلم انه قد يدعو الضرورة
الى دواء مركب من ادوية مفردة وغير ذلك مما قوته فعاله
بالخاصية لهذا الشأن ومن ذلك ان يؤخذ كدر ولسان
عصفور وبوزيدان وعووج من كل واحد جزء ويدق
الادوية ويسحق بادمغة ذكور العصافير الدورية في
هيجانها وذلك قرب نزول الشمس برج السرطان ويعمل
حبا بقدر الحصية ويحفف في الظل ويمسك منه تحت
اللسان حبا عند الاحتياج اليه ويتلع ما ينحل منه فانه
اثر ابينا في الاعانة على الباه وذكر خدائق اطباء فارس
انه اذا اخذ جزء من المسك واذيف بدهن خنيري وطي
به رأس الاحليل اعان على الجماع وسرعة الانزال وكذلك
المروخ بشحم الاسد وحده يبلغ في ذلك مبلغا عجيبا واما

الحجر الموجود في قنطرة الديك فيفيد تغليقا ويزر الكتان
المقلوا اذا عقد بعسل النخل وشئ من فلفل واخذ منه
مقدارا جيدا افاد الباه قوة بينة واذا اخذ المرودق
وعجن بزيت وطل به الرجل ابهام رجله اليمنى فانه يجامع
مادام ذلك عليه وقد اطنب الرازي رحمه الله عليه في المدح
لهذا الشأن دواء الحسك وصفته يؤخذ الحسك اليابس
فينعم سحقه ويؤخذ الحسك الرطب يدق ويعصر ماؤه يسقى
منه وهو في الشمس حتى يشرب ثلاثة امثاله فيؤخذ منه
جزء ومن السكر الطرز جزء وربع الشربة من المجموع زنة
اربعة درهم بماء فاتر للمبرود المرطوب واما المبرور الممرور
فيأخذ من الحسك المربى مثقال وحده بثلاث رطل لبن
بقرة صفراء وهو سخنا حال حلبة من التدي مدة ثلاثة
ايام متوالية فانه ينبعث وحيث على الجماع ومن تجارب
جالينوس الفاضل قال الرازي انا اخترته فرائده شديدا
التأثير في تقوية الانعاظ ان يؤخذ من لبن البقر الحليب
بجرارته الغريزية ثمة مائة درهم فيخل فيه من فانيد السكر
او قية ويدر عليه من الداصني والرنجيل والخولنج من كل
واحد درهم ويد اوم سربة على الريق نحو عشر ايام متوالية
ولا يجامع فيها فانه يقوى جماعه فان حلبت البقرة بحضرة

لتأخذ حين فراقه عن الضرع ظهر له اثر ابينا سريعا قال ابن
الرشيد وهما استفدته من احدث اشياخي رحمه الله و
افدته لمن اخبره فكان منه عجب العجايب يؤخذ خمسون
عصفورا عند هيجانها فيذبح وينتقف ريشها ويعلق
بازاء خلايا النخل الى ان يقف عليها ويهشها يؤخذ تلك
العصافير في قدر وتلقى عليها من الزيت الاصفر ثلاثة
ارطال ويغلى على نار هادئة الى ان سهرى ثم ينزل ويبرد
ويجعل في اناء زجاج ويشد راسه ويجعل في الشمس اربعين
يوما ثم يرفع واذا احتيج اليه اخذ منه على راس اصبع فيدلك
به اسفل المقدمين اصبع او اصبعين فانه يثير انعاظا شديدا
لا يكادون يسكنه تكرار الجماع واذا افراط وقصد السكنة
يشترط رأس الحشفة شرطة او شرطين بالموسى حتى يخرج
منه نقطة من الدم فيسكن وهذا من الادوية الفعالة
بالخاصية وذكر النور اذا تحت بالمبرد واخذ منه قدر درهم
بشراب صرف اثر الانعاظ بقوة وكذلك خصاء وكعبه واقوى
منه فعلا سمكة صيدا اذا اخذت وقت هيجانها في شهر شباط
فان الذكر منها يهيج الباه بقوة خاصة فيه وعلامته رقط
تحت فك الاسفل وتراكب رجليه والقدر المستعمل منه جزق
مسحوقه ناعما يلقى على صفرة بيضة وتقلي وتؤخذ فانه مجرب

ومما جربته الاطباء البورق يسحق ويضرب بعسل ودهن
 نبق ويلطخ به الذكر والانشان واذا عرفت ذلك نريد ان
 نعرف السبب المضعف للجائع وذلك ان الانسان اذا كان ^{وعلامات امزجة الانثيين الماخوذة من الافعال مع} متوسسا
 في شهوة الجائع دل ذلك على اعتدال مزاج انثيه ومن كان
 في ذلك مفرطا دل على حرارة مزاجها فان كان افراطه في ذلك
 مع احتمال دل على رطوبة وحرارة وهذا المزاج يولد في الاكثر
 الذكور واما متى كان مزاج الانثيين باردا فان علامته يكون
 بالضعف من هذه العلامات اعني لا يشتهي الجائع ويجده عند
 الكسل والفتور وهذا المزاج يولد في الاكثر الاناث فان
 افترن الى ذلك يبس فيكاد ان يبطل فعلها واما متى كان مفرط
 الشهوة وهو مع هذا يعجز عن الجائع فان مزاجه مائل الى اليبس
 فاذا عرفت ذلك فانظروا كان منه ضعفها عن حرويبس
 فالحار من الاغذية والادوية ضار لهم فالواجب عليهم
 ان يعدل ذلك المزاج ويرطب اعضاءه المنى ويدوم على شرب
 اللبن حليبا ورائبا وخاصة رائب البقر واذا جعل في لوقح
 حليب ذنة عشرة دراهم ترنجبين خراساني واستعمل اذا
 لباه واصل الى موسى القرطبي ذنة ربع درهم قرنفل مسحوق
 فان رفع على نار حتى يسخن قليلا واستعمل كان ابلغ في الافادة
 وبقيده باذن الله تعالى ماء الرمان المليسي ويجعل في طيخ

الفرع والبقلة اليمانية بلحم الجدا الذكر السمين اولحم ضأن
 الرخص ويتناول البطيخ والخيار والقثاء والخشخاش بالسكر
 ويغتذي ايضا بالسبك الطري مشوبا سبخا ومن الفواكه
 العنب النضج في اوانه ويد من الذكر والانثيين بالادهان
 الباردة الرطبة كدهن النقيس والنيلوفر وينزل بعصارة
 الخس والنيلوفر ويسحق بالماء المعتدل السخونة بالبارد الحياتا
 ان احتمله الفضل والسخنة ويجتنب النعيب السهر والادوية
 والاعذية المجففة اليابسة وان كان الضعف تابعا للعبة
 الرطوبة والبرد فعلاجه الاغذية والادوية الحارة التي قد
 عرفت والمعالجين المستخنة التي قد منا ذكرها واذا اخذ
 شفا واحد من الخلتين الجيد مفرط شراب ريجاني طيب
 عظم نفعه للمباه وكذلك اذا اخذ الجرجير وعجن بمثله فانيدو
 يؤخذ منه مثل الجوزة على ريق النفس ويحسا عليه صفار
 بيض يغمس شت ولا شت للمبرود مثل المشرود يطوس
 ويشرب عليه قدح شراب ريجاني عطر بلا مزاج ويكون
 اغذيه الى الحرارة كل يوم الدجاج والدراج والناثر والعصا
 فير محضة ومقللة وشوية في السفود والاطبخة التي
 يقع فيها اللعة بغير كون باللحم الفتي واهم انه ينبغي
 اذا استعمل الاعذية والادوية الباهية فليكن بعقب

الحام ان يتبع بقدر فيه ثلاث اواقي شراب ريجاني قوى وقد
 القى فيه شيء من لسان الثور ويخرج قوة فيه ويخرج بمائه
 فانه يظهر نفعه في الحال وقد استوصف ابن ماسويه دواء
 للباه فقال عليك بالكباب وشرب الشراب قلت وانا اخذ
 معتن بالباه اقداحا من الشراب بحيث يستحق البدن
 ويفرح النفس ويبدد انوارها ويزداد سرورها والذهن
 اذا كان سليما فلا افراط فيه وقد يبلغ مبلغا عظيما في الانفاذ
 فانه لا نظير للشراب الريجاني في هذا المعنى ولا عوض عنه
 في هذا القصد فان لم يجز اخذ الشراب الريجاني فيعوض
 بماء العسل ويجبان يجعل الماء الذي يشربه مطبوخ فيه
 العود الهندي فان حل فيه السكنجبين البروري افاد
 بقوة وان جعل في رجلين لبن بقره صفراء زنة عشرة
 دراهم دارصيني مسحوقا ناعما وحرك وشرب افاد الباه
 وكذلك ان مسك في الفم قطعة من عود خولجان ويمتص
 ما يحل منها ويهجر الدعة والحركة الخارجتان عن الاعتدال
 وكذلك الاغذية الباردة الرطبة كالالبان والاجبان
 والاسمان ونحوها ويعدل الرطوبة والبرد العارض بغير
 البلغم بالمستحبات المجففة فان المعالجة انما تكون بالمضادة
 قال الاسرائيلي اخبرني من رأى رجلا له جارية مغربية و

نقد رعليه وطوها فطبخت له البقلة المحقا واكل منها فلم
 يفر من الوطئ مدة ثلاثة ايام واستغربت هذا وقال ابن
 زهر حكي رجلا في ابتداء طلب علم الطب ان البطيخ الاخضر
 يبيح الباه فلم تنزل شهته في ذلك حتى علمت ان هذا انما يكون
 لتعديل الاضحية ومما يقوى الباه قوة عجيبه للحشيشة المسماة
 باذان الفار البري فانها في ذلك غريبة الفعل قال الاسرائيلي
 وقد توجد عندنا بالرميل ظاهر الاسكدرية اذان الفار انا
 اخذ الماء المقطر منها ووطيخ به الصلب والحقوان والذكر و
 الانثيان افاد الانفاذ الشديد حتى المشايخ المسنين القاه
 عن الباه وقد قيل ان هذا النبات يعالج به الفحل وليعلم انه لا
 شيء يحرك الشهوة الجماع كاختلاف الصور وملاعبة النساء
 والنظر الى تساقط الحيوانات ومخوذك كالوقوف على الكتب
 الموضوع في الباه المصورة بهيات المجاميع مثل الكتاب
 المعروف بالعريس والعرايس واجادة الفكر فيه وبسط
 النفس بالفرح والمهزل واستعمال النفقات المطرية من
 الصور الحسنان فقد قيل ان افضل النغم للطرب ما سمع من
 صور حسنة فيتحرك الشهوة والطرب معا فيتطافر القوتان
 ويفعلان فعل الادوية المركبة فانها انجم من الادوية
 المفردة واشد فعلا ومصدقا ذلك ما يحكي عن الرازي

انه كان في حال شيبته يضرب بالعود ويعني فلما التجي قال كل غنا
يخرج من بين شارب ولحية لا يستطرف وفرغ عن ذلك
واقبل على الطب والفلسفة اقول من لازم الجماع وهو موافقة
وصرف عنايته اليه قوت قدرته عليه ويعظم احليله ويكبر
ومن صرف همه وفكره عنه كالزهاد والمتزهدين نفسيه
وقل شهوة اليه وذبل احليله وهزل وسداومة تخرج الذكر
حتى يحمر وتنظله بالماء الحار والادهان المسخنة مما يكبر
واللبن الحليب ساعة حلبة من الضرع لاسيما لبن الضان
فان تخرج الذكر به يعظم ويكبر ومن يقلل من الجماع كثرت
لذته اذا جامع ومن اكثر منه لم ينل تلك اللذة فالاغنياء
سبق اللذة كما قالوا اذا اردت ان يدوم لك الالتذاف
بالشيء فاستعمل اغنياء واعلم ان للاوهام النفسية
في هذا الشأن تاثير عظيم ومدخل كثير قال ابن زهر رأيت
اهرايبا من اهل البادية وقف على عطار كنت جالسا
بحا نوته فسأله البدوي عن دواء ينفع الظهر فاشار اليه
فسأله عن شأنه فذكر ان له ابنة عم وانه امرها مبرا
جزيل ومتى دخل بها لم يصيبها وزعم انه مسحور فتظلمت
انه شاب صحيح التركيب جيدا الحسنة فلم اجد سببا الا
انه وهم توهم واحتشاما من ابنة عمه فتلطفت به ولا

طفت داء الوهم بترك الوهم وقوت نفسه حتى ازلت
ما عانا ان ازيله مما عنده ثم بعد ذلك اعلمته ان دواءه
عندي وعظمت له شان ما اشأنت به وابين لا استخوابه
فسألني اياه وكرر السؤال وانا اظهر الظن عليه فالج في الطب
فاخرجت من المحفظة جراحة من رقع غزال كاتب فيها بالالف
وكتبت عليها ثلثة اسطر بالعبراني مما سبقت اليه يد
ولا معنى له في الاحراز ثم طويتها وحسنت ضمتها وانها
ما اختص بها الملوك والوزراء ولا زلت الى ان وقفت
بانفعال نفسه اليها فدفعها اليه واوصيه ان يعلقها
على كفه الايمن اذا ضا جع زوجته بخيط احمر من صوف
فانه لا بد ان ينال منها بغية باذن الله تعالى فمضنا وخاب
عني ايا ما قلنا ثم اثنى فقبل رأسي واثنى على فعل حرزي
وشكرني لبلوغه مقصده من ابنة عمه وانا لله بغية فهذا
ما شاهدته من تاثير الوهم في هذا المعنى ومما يقطع الباء
ويقللها اذا دعت الضرورة الى ذلك بسبب انعاش
كثير مشوش وشيق زائد مقلق او تعقف عن الجماع كمال
الورع وسداومة الركوب والنعب واستعمال الصوم
والجوع والعطش وتقليل الغذاء وليكن غذاؤه من الحوامض

وخاصة القابض منها كالحصرم وحامض الرمان وحماض
 الاثرج واللبن اذا كان حامضا بقوة واستد من الخل والعسل
 المطبوخ بالجاورس المقشور واذا اخذ من الشهدايج وبرز
 البقلة الحما زنة درهمين واستفاجاهما ثمهما المعصور كان
 له اثربين في تقليل الباء واضعافه والتقصير فيه واشتد
 اللقاح والنيلوفر وتنصيده في المجلس يسكن من شهوة الجماع
 بالخاصية وكذلك ادمان الجلوس والنوم على الفرش الباردة
 وعلى البقول والرباحين التي هي كذلك كالحس والحذوف
 والورد والقطف وزعم جالينوس ان افتراش الفم خشكت
 مما يزيل الشبق ويقطع شهوة الجماع من الرجال والنساء
 وادمان المشي حافيا فالوا ينقص من شهوة الباء بالتجربة
 وكذلك البول من قيام ويقلل المنى ويخففه لضرورة كثرة
 احتلام او فيضان كان ذلك عن استلاء وزيادة في الدم
 فنقليله بغصدا الباه سليلق ومداومة القي وتقليل من
 الغذاء ومنع من الاغذية المدرة للبول والتي يزيد في المنى
 ومن محفظاته اخذ الفلفل والمكون وبرز السذاب
 وبرز الحسن بماء يقمع الكزبرة والاكثر من الاغذية الباردة
 كالقرع والحسن والبطيخ والرجلة وترك النوم على الظهر والنخم

بالبارز

بالياقوت الاصفر مما يمنع من الاختلام بالخاصية واذا طلى
 الذكر والانشيان بشي من كافور مذاب بماء ورد وبماء النيلوفر
 او بماء عنب الثعلب افاد وكذلك اذا طلى الظهر بعصارة الكزبرة
 او ورقها ومن اللذات للرجال والنساء مضغ الكجاجة او عاقر
 قرحا واستعمال ريقها عند المباشرة وكذلك الحليتي وعسل
 الرنجيل واذا مسح الذكر بشي من غزال قبل الجماع المرأة وجبت
 نزال اللذة وينبغي للمكثر من الجماع ان يقلل من الدخول للحمام
 واذا دخله فلا يطل المكث فيه لاسيما ان يتعرق فانه يضره
 وان يحذر الاستفراغات كلها وخاصة الغصد بسبب ما يحتاج
 اليه من التوسيع في الاغتداء ويقلل من شرب البارد من
 الماء واذا طلى في الماء الذي شربه الحديد المحمي افاده فان الغمر
 على رطل منه او قيتين عسل وخردبه زعفران وحرك وشرب
 كانت افادة اكثر واذا اخذ من ماء الحديد وعلى فيه لسان
 الثور زنة اربعة دراهم قشرا ترج نصف او فيه قرنفل مروض
 نصف درهم ومزج بهذا الماء رطلين خمر ورطل من العسل
 النخل لمن لا يستسنع الخمر وشرب ذلك افاد الباء افادة
 وليعلم ان غرغ القدمين بالادهان الحارة ومسحها ودلكها
 في كل ليلة حتى تحمر بعد غسلها بالماء الحار فعلا مفيدا في
 الباء والغذاء الغليظ او قوله من غيره وينبغي ان يجتنب

الحامض والمالح والحريف والعفص ويتوقى من الادوية
 والطبيب ما فيه تحدير وتبريد بالقوة كالهليون والكافور
 وكذلك كل محلل للرياح محقق كالسذاب الحرمل والكمون
 ويعنى بنقوية الاعضاء الرئيسة وخاصة القلب بالمفرجات
 داخل ومن خارج ويستديم السرور المعتدل ويجتنب الاكل
 النفسية الرديئة فان الكناج فقل مخصوص بالنفس الحيوانية
 فلذلك صارت الاعراض النفسية الجيدة مفيدة فيه جدا
 والرديئة منكرة فيه جدا واعلم ان الاشياء العطرة لها في ذلك
 مدخل كبير فيكثر من الطبيب وليعلم ان اردى الجماع ان تغلوا
 المرأة او الغلام الفاعل وهو مستلق على ظهره لعسر خروج المني
 بذلك الشكل ويمكن ان يبقى من المني بقية في الاحليل فيعفن
 ويوجب قروح مجرى الذكر ولا سيما اذا كان المني واحدة بل
 بما سال الى الذكر رطوبات من الفرج بتقلها وكون المجري في
 اسفلها على الاستقامة وذلك يوجب زيادة في عسر خروج
 المني وفي بقاء بقية بل بقيت هذه الرطوبات مع البقية
 الاولى فاجبت القرح بسرعة وجماع الفلمان وكذا جماع السنون
 في الدبر اقل ضررا لكونه اقل استفراغا للمني من جماع السنون
 في فروجهن لعدم قوة الجاذبة في الدبر كما في الرحم فان فيه
 خلق قوة جاذبة يجذب المني ويكن ان يقال ان الطبيعة تبخل

عند

عند ذلك بالمني لانها تولده وتفظه لتوليد المثل ولا يمكن
 ذلك في جماع الدبر فلا تدفع شيئا كثيرا منه ما امكن فيكون
 اضعافه وضرره اقل من افراطه في جماعهم وكذلك جماع السنون
 في دبرهن ولكن الجماع في الدبر قد يخرج الى حركات متعبة شاقة
 لكونه غير طبيعية ولكون ذلك الجماع استفراغا غير طبيعية قال
 الشيخ الرئيس رحمه الله عليه انما الفلمان في جماعهم عند الجمهور محرم
 في الشريعة وهو من جهة اضر ومن جهة اقل ضرا اما من جهة ان
 الطبيعة تخرج فيه الى حركات كثيرة يخرج المني فهو اضر ومن جهة
 ان المني لا يدفع معه دفعا كثيرا كما يكون في النساء فهو اقل ضررا
 كما مر مليا انفا والاستمناء باليد كما هو ذاب الادنى والاراذل
 يورث الغم فلان الطبيعة لم تلذ كما ينبغي فتقبض لذلك وتغتم
 واما اضعافه الانتشار فللغم لانه يضعف كل قوة ولان الطبيعة
 تنزل في المني ذلك من غير انتشار لعدم الاحتياج اليه اذ ليس
 فيه ابلا ححتاج الى الانتشار واما اضعاف الشهوة فللغم
 ولان الطبيعة لقلة التذاذها بالاستمناء باليد لا يهتم بتوليد
 المني فيقل المني وتضعف الشهوة لانها انما تقوى به واما اضعافه
 البصر فكما هو المشهور لاستفراغ المني لعنف وقلة الالتذاذ
 وكثرة الغم وجماع العجائز يضر وليعلم ان المراد بالعجائز هنا ما
 انقطعت حيضها واما عند التحقيق انها يراد بالعجائز من جاوز

والتحقيق في ذلك ان في جماع الفلمان اضر عفا ونقلا
 اما نقلا فطرا لانه عفا لان المراد من الجماع امر طبيعي
 النسل في جماع الحيوان وليس من الحيوان في جماعهم ليس الا لكون طبيعة الجماع
 اخر الا لما رقت احب جامهم ليس الا لكون طبيعة الجماع
 ولذا يقتضي ما يقتضي طبيعة ونحو هذه المفاصل والفساد
 حرمته السريعة الحقيقة المحمودة عليه السلام وحرمته لاقت
 بشع دون شعق فيلجئ في السجدة لان وطيفة الطبيب
 وانما قيد هذه المقالة السجدة لان وطيفة الطبيب
 تبين حقائق الاشياء بطبايعها وعوارضها ولذا
 ذكر في الكتب الطبية امثال ذلك لكن الصواب عن
 وازبال الحيوانا والجماع وغير ذلك لكون اسقاطها
 العاقل ان لا يورد هذه المقالة ولو امكن لفعلة فان به
 ومحوها من جميع الكتب الطبية لفعلة فان به
 يمكن ان يوجب حسارة الجهال والمهملين في الذنوب
 واقدامهم على ذلك العمل البتة والفعل القبيح
 انما عصارها فانهم يتفاجرون بحجب المرء ويؤثروا
 النذاذ جماعهم على النساء اعادنا الله من شره
 ومن سيئات اعماله

الاربعين ولذلك قيل في الامثال بنت الاربعين ابرد من
 الاربعين وليعلم ان جماع العجائز يضرب لوجوه الاول ان يكون
 حرارتها الغريزية اقل وثانيها البرد فرجها لا تلتذ النفس
 بجماعهن وثالثها السعة فرجها بالرطوبات الغريبة البالغة فيها
 فلا يحصل التلذذ بمباشر الذكر بفرجها ورابعها لا يقبل الطبيعة
 اليها اقبا لا كثيرا فيفسد عنها اكثر الطبايع فيحصل الفم بجماعهن
 ولذلك نهى جماعهن والله در القائل في حق جماعهن واياك
 واياك العجوز ووطئها فانها سم من سموم الاراقم وليعلم
 ان جماع الصغيرة جدا يضرب لاضطرابها عند الجماع فيتألم الطبيعة
 منها قال الشيخ في كتاب الثالث من القانون وقد قالوا ان
 ان من اسباب فساد مني الرجل اتيان اللواتي لم يبلغن
 وهذا مجرى مجرى الخواص قال القرشي في لمية هذا البحث
 لان تلك الصغيرة لا يكون جماعهن لذينا ولا يكون لتزول
 المنى فيه فائدة فاذا بطلت فائدة المنى للبيعة به اختلال
 فشهوة الجماع حينئذ ضعيفة لقلة الالتذذ به ويلزم ذلك
 ان يتولد منه قليلا غير تام النفع فلذلك لا يكون محبلا
 ولذلك يضعف قوة الرجال واقول انه لا سعدان يكون
 اللواط تفعل ذلك الا ان يكون من يورثه جدا فلا يكون
 مضعفا للباه بل مضعفا للتوليد فقط واما الاستمنا باليد

فالظاهر

فالظاهر انه في هذين اقوى اعني الشديد للاضعاف للباه ونفط
 التوليد واردا الكل الاستمنا والمراة التي لم تجامع في مدة
 طويلة والمریضة والقبیحة المنظر والحائض والبكر كل ذلك
 مما يضعف البدن بالخاصية شهدت التجربة على ذلك اما
 اضعاف جماع المراة التي لم تجامع في مدة طويلة فلان كثرة
 احتباس الفضول في فرجها كانت تلك الفضول مانعة من
 جماعها صار لمن يجامعها واما اضعاف المريضة لذلك ولنقرة
 الطبيعة عنها وكذلك حكم قبيحة المنظر واما اضعاف الحائض
 فلان الحيض يورث في فرجها ولنقرة الطبيعة عنها واما اضعاف
 البكر فلا اضطرابها وليسيلان الدم اقتضاها وحبس الاجرة
 في فرجها لعدم الجامعة معها والاخلق بالاجتناب عن الجماع
 الضعف ما امكن بل عن الجماع مطلقا وخصوصا من يصيب
 بعده رعدة وبرد وضيق نفس او خفقان او ذهاب شهوة
 طعام ومن صدره ضيق او عليل او ضعيف المعدة هذا
 اخر الروضة الثامنة في الجماع بعون الله تعالى وحسن توفيقه
الروضة التاسعة في الحمام ومنافعه ومضاره وكيفية
الدخول والخروج والافعال التي تجب على المستحم فيها
 وهي سبعة دوحات **الدوحة الاولى في اوصاف الحمام**
 وليعلم ان الحمام متخذ من وجود الانسان لان وجوده

مركب من اجسام سيالة وهي الاخلاط والرطوبات واجسام
كثيفة غير سيالة وهي العظام والعضروف وغيرها من الاعضاء
وبخارات وهي الارواح والحام ايضا مركب كذلك لانه مركب
من اجسام غير سيالة وهي الاجار والجص والمد والارزامة
لبناء الحام ومن سيالة وهي ماء الحام ومن بخارات وهي هواء
الحام وخير الحام ما قدم بناؤه لا المراد من القديم ان يكون
في الغاية حتى قرب الانهدام فان ذلك يكون رديا لتحلل حرارته
والخوف من وقوعه بل ان يكون معتدلا في ذلك فانه متى كان
كذلك كان امنا ما ذكرناه وسليما من رايحة الكس وقوته
فان ذلك مما يضر بالروح ويفيد الهواء حدة وزيادة تخفيف
فيضر بالبدن ايضا واتسع هوائه اى قنائه وهو ما امتد
من جوانبه وهو المراد من اتساع مكان الهواء فانه يشترج الصدر
ويبسط النفس وذلك لما لا يجتس فيه الانجرة القذرة والانتفا
الرديّة والاوساخ الكريهة هذا اذا كان ورود الناس اليه
كثيرا كالحام الذي في السوق واما اذا كان ورود الناس فيه
قليل لم يجب ان يكون واسع الفضاء كحمام الاسواق وغدب
ماؤه لان ما عدا هذا الماء لا بد ان يكون للمعالجات للحفاظ
الصحة فان المياه المالحة والشبية والنظرونية نافعة
للامراض الباردة كالاستسقاء ووجع المفاصل وغير ذلك

وطاب

وطاب هوائه اى لا يكون فيه الادخنة الرديّة والانجرة المودية
والروائح الكريهة الموجبة للفتى والكرب وقد راينا ان وفوده
بقدر مزاج من اراد وروده بمعنى ان المزاج الذي اراد ان يدخل
في الحام اذا كان حارا فيجب ان يوقد في اتونه نارا معتدلة حتى يكون
الحام مائلا الى الاعتدال ويحصل منه التسخين والترطيب وهو
المراد من الحام وان كان باردا فيجب ان يكون مائلا الى الحرارة
اليسيرة ليوجب التعادل ولا يوجب الفتى وهذه الصفات
للخص المذكورة انما توجب فضيلة الحام ما لم ينضم اليها ثلث
صفات اخر احدها كثرة الضياء فانه يفرج القلب لان كثرة
الضوء مما يجذب الحرارة الى ظاهر البدن فينجذب الفضلات
به ثم يتحلل وقلة الضوء يفعل ضد ذلك وثانيهما جودة الجلسا
اى ان يكون الجلسا مطلقا على الاخبار العجيبة والحكايات
الغريبة فان الحاضر يلتذ بذلك وينشرح الصدر وينبسط
النفس سيما ان كان منها حسن الصورة والمهيئة فكان فضله
ابليغ وثالثها جودة الوقود فان الحطب متى كان خاليا من الحدة
والدخان الرديّة والريحة الكريهة لم يكن مفيرا لطبيعة الماء
والهواء وكان جيدا لهما ومتى كان بخلاف ذلك كان حكمة
بالعكس فهذه الثمانية هي صفات الحام الفاضل ما نقص
عن هذه الصفات فهو ليس من تمام الفضيلة اعلم ان بناء الحام

ينبغي ان يكون مشتملا على ثلث بيوت غير المسلج ليكون الوصول
 الى البيت الحار بتدريج وينبغي ان يكون المسلج مشتملا على موضع
 حتى يصلح الانكاء فيها بعد الخروج من داخله وخصوصا الضعفاء
 والناقضين ليستريح بذلك قواهم ويتدارك الضعف
 العارض بسبب حرارة الداخل وان يكون ابوابه نحو المشرق
 في جدرانه نضاوير مختلفة مثل نضاوير البساتين والروضات
 في اليمن لتقوية القوة الطبيعية ونضاوير الشجران كالفرس
 في البساتين لتقوية القوة الحيوانية ونضاوير النسوان القوام
 لتقوية القوة النفسانية وان يكون في المسلج ماء جاريا
 وخصوصا اذا كان مرتفعا كالانايب ليس النفس ويكون على
 تدارك الضعف الحاصل منه والبيت الاول منه بارد ورطب
 لقربه الى المسلج وبعده عن المستوقد لكن لا ينج من حرارة
 عرضية والثاني مسخن ورطب لقربه الى المستوقد وبعده عن
 المسلج وينبغي ان يكون في هذا البيت حوضا مملوا بالماء المعتدل
 للحرارة متساعيقا لتغذي اكثر البشرة ويمنع دخول من به
 مرض معد مثل الجذام والجرب والجدري والحصبه والحمى الرباطية
 والقروح العفنة والرمم والسل والبرص والجر حتى لم
 يتعد غيره والبيت الثالث مسخن مجفف لوقوع المستوقد
 فيه فلا يرطب الماء ترطيبا يعتد به وقال جالينوس وخو الحام

ان يشتمل على ثلث بيوت حتى يكون شبيها للفضول الاربعة
 ليوافق الامزجة المختلفة فالبيت الاول منه بارد ورطب يفعل
 الشتاء وهو موافق للحرورين والبيت الثالث مسخن مجفف
 كالصيف وهو موافق للمبرودين والبيت الوسط بمنزلة الفضيل
 فالانتقال من البارد اليه كالانتقال من الشتاء الى الربيع
 والانتقال من البيت الحار اليه كالانتقال من الصيف الى
 الخريف وهذا البيت الاوسط هو المعتدل الذي يوافق حافظ
 الصحة الذي خراجة قريبا الى الاعتدال فصار بهذا الاعتبار
 موافقا لساائر الامزجة فاعلم ان الفعل الطبيعي للحام هو التسخين
 بهوائه والترطيب بمائه وذلك انما يكون بالذات واما الذي
 بالعرض فمثل تبريده بهوائه بكثرة تحليل للروح وتخفيفه
 بتحليل الرطوبات وقد يستعمل الحام بانسا فيجفف بان يقام
 في هوائه كثيرا بلا استعمال ماء كما يفعل في الامراض الباردة
 الرطبة مثل الاستسقاء وقد يستعمل رطبا فيرطب باستعمال
 الماء لا باستعمال الهواء كما يفعل للدوقين **الدوحة الثانية**
في منافع الحمام وهي ستة عشر صنفة الاولى الجلاء وهو غسل
 الاوساخ عن الجلد وذلك انما يكون بحضب الفضول الى ظاهر
 البدن وذلك انما يكون بخروج العرق لان العرق لسور
 فيه يجلو سطح البدن وينقي الحام على ذلك بما يحصل

فيه من التدليك والتمريج والاعتسار بالاشياء الجلادة
كالاثان والصابون المنفعة الثانية التحليل وذلك انما
يكون بسبب ترقيق الحمام للمواد وتهيتها للتخيرات من شأنه
اخراج المواد الباقية من مواد الامراض ومن فضلات
الهضم وفي الصحة المنفعة الثالثة توسيع المسام
لازالة الاوساخ وتلين الجلد وارتخاء اياه فيزول الكلف
الذي يجده البرد والبس المنفعة الرابعة الانضاج وذلك
يكون بترقيق المواد الغليظة وبهذا يعاون الطبيعة على
انضاجها المنفعة الخامسة تسكين لتحليل المادة الموجبة
لها المنفعة السادسة تعديل الدخ الاخلاط وذلك بتعديل
قوامها وازالة كلفتها المنفعة السابعة وتعشيد النخار
والرياح المنفعة الثامنة تلين الجفاف والقشفية
لترطيبه وازالة اوساخ المنفعة التاسعة حبس الاسهال
بجذب المواد الى ظاهر البدن وخرجها بالتفريق المنفعة
العاشرة ازالة الاعياء بتحليل المواد المنصبة الى العضل
والاوتار بالحركة المنفعة الحادية عشر جذب الغذاء
الى ظاهر البدن بجمرة هوائه وتحليله ما قرب من الجلد
فينجذب اليه ما كان بعيد الاستحالة لضرورة الخلاء
حتى يصير المجاذبة الى المعدة فيحصل به السمن بالمنفعة

الثانية عشر بسط الاعصاب المشبعة لترطيبه وتسخينه
باعتدال المنفعة الثالثة عشر لنفحة الحرج والحكة
وتنضج الزكام والنزلة وذلك بجملة وتحليل المنفعة
الرابعة عشر تسهيل عسر البول لاقتراح المجاري وتوسيعها
المنفعة الخامسة عشر التفرج وانتشاح الصدر وذلك
لانبساط الروح ودفع انقباضها المنفعة السادسة
عشر التنويم وذلك لترطيب الاعضاء والدماغ ونفحة
للسهر عجيب يدل على ما قاله جالينوس ينبغي ان تعلم
انه ليس شئ يبلغ مبلغ النوم عقيب الخروج من الحمام
لانه ينضج ما يهيتها اخراجه ويحلل الاخلاط وينفضها
اقول يلزم من ذلك ان يكون الخروج من الحمام عند
شروع النوم وهو وقت العشاء لان النوم النافع المذكور
ما يقع في الليل واما نوم النهار فردي كما مر في باب النوم
والبقظة **الدوحة الثالثة في مضار الحمام** وهي سبعة
الاول ان الحمام اذا وقع على ما ينبغي بضعف القلب وتحليله
الحرارة الزائدة والقوة الحيوانية الثاني ايرت العشيان
والقي اذا افترط المكت فيه وذلك لتحريك المواد و
تنويرها فينضج منها شئ الى جهة المودة الثالث
ايرت العشي تحليله الارواح الرابع تحريك المواد

السائكة لتحليل المواد بالمفرق وعند ذلك يتصل الجذب
الى المواد السائكة فيجذب منها شيئا ويترك الخامس اشارة
الحكي العفوية لكبر حجم المواد بسبب الترقيق فينسب المسام
ويجتبس الانجرة والمواد الغريبة المتخلجة فتراجع منعكسة
ويفعل في المادة فعلا غير ملائم وهو العفن السادس اسقاط
شهوة الطعام لانصباب المرّة والفضول الى المعدة السباع
امالة المادة الى الاعضاء الضعيفة فيحدث عنها اورام في ظاهر
الاعضاء وباطنها وذلك انما يكون بتحريك المواد وتشويرها
فينصب الى ما هو قابل لها من الاعضاء الضعيفة اعلم ان
الاطباء قد منعوا الحمام من وقت النوبة لمن كان به حمى عفوية
لان الحمام يسخن ويرطب وهو ما بعد المواد للعفونة والفساد
ومن يتفرق اتصال لانه يرخي طرف الجرح ويجلب اليه مواد
التي يمنع من الاتصال والاندمال ومن به ورم باطنى لانه
يشور المواد فينصب اليه ويزيد الورم وانما قيد الورم الباطنى
لان الورم الظاهري كما لدماميل والجرب قد يتفجع الحمام تقعا
بليغا **الدوحة الرابعة في كيفية لدخول الى الحمام اعلم**
ان الواجب للمستحمين ان يتدربوا دخول بيوت الحمام
وذلك ان البدن اذا كان معتدلا في احواله كلها بان يدخل
اولا البيت الاول ومكث فيه مكثا قليلا ثم الثاني ثم الثالث

بحسب الواجب لان الدخول الى الثالث دفعة بوجبه الانتقال
من الضد الى الضد بفترة وذلك ممنوع لكثرة النكابة بسبب
المنافاة واذا كان البدن غير معتدل بان يغلبه خلط او كان
في سن او زمان من السنة او في بلد منحرف عن الاعتدال
فينبغي ان يكون البيوت واللبث بحيث ذلك اعلم ان المراد
من الحمام انما يكون في الاكثر لوجوه ثلاثة احدها تسمين
البدن وذلك ان يكون الدخول بعد الطعام لان الحمام
يجذب الغذاء الى ظاهر البدن كما مر لكن يخاف من احداث
السدد لا يجذب الغذاء من المعدة غير كامل الهضم في مع
كثرة وغلظه يوجب السدد ويجب دفع السدد باستعمال
السكنجبين الساج ان كان المزاج معتدلا وان كان
محرورا فالسكنجبين البرزوى البارد وان كان مبرورا
فالسكنجبين البرزوى الحار وثانيها تفتيل البدن وذلك
ان يكون الدخول فيه على الجوع والقعود فيه اكثر لان الحمام
حلل بهوائه الرطوبات الغريبة من الجلد ولم يجد شيئا
يجذب به من المعدة فيجذب عوض المتحلل من الرطوبات
الاصلية فيستولى الجفاف والهزال على البدن وثالثها
ان يكون الدخول فيه بحفظ الصحة وذلك يجب ان يدخل
الحمام بعد الهضم المعدي والكبدى فان كان الخوف من

ثوران المرار انصبابها الى المعدة لخلوها فينبغي ان يتناول
شيئا لطيفا يقع الصفراء بمثل ماء رمان المزوماء السفرجل
والنفاح او شرابهما فان كان حار المزاج صاحب المرار فالواجب
ان لا يدخل البيت الثالث ويجب ان يتناول قبل الدخول خبزا
منقوعا في ماء الفاكهة او ماء الورد ليندفع به هيجان المرار
اعلم ان مرات الدخول في الحمام ثمانين جالينوس في الخامسة
من حفظ الصحة فقال واما طليقوس النحوي فانه عاش اكثر
من مائة سنة وكان يستحم في الشتاء مرتين في الشهر وفي
الصيف اربع مرات وفيما بين هذين الزمانين ثلث مرات
الدوحة الخامسة فيما يجب مراعاته في الحمام وليعلم
ان من كان مزاجه باسا فشفت الجلد يجب عليه ان يكون
الدلك قبل الغسل ليتفتح المسام لنفوذ الماء الى الباطن
لترطيب وكذلك من كان كثير الرشح جدا ومن لا يكون كذلك
ينبغي ان يؤخر الدلك الى بعد الغسل اقول تقديم الدلك
على الغسل مطلقا اولى واجود لان الدلك يفتح المسام
ويحلل المواد والاشجرة البدنية وليعلم ان الدلك يختلف
بالاشد والاضعف فمن كان متخلخل السحنة فالواجب
ان لا يكون استعماله فيه كاستعماله في غير المتخلخل في القوة
فتميلق الرأس والعانة والابط ليستكمل افتتاح المسام

جملة البدن ومن خواص خلق العانة انتشار الشهوة للباه
واذا سحق الزرنخ بعصارة البينج الاخضر وطل به مكان
الحلاقة منع من النبات فيها قالت عائشة رضي الله عنها
قال رسول الله صلى الله عليه وسلم يا معشر المسلمين عليكم
بالنورة وان الله يذهب بها عنكم اوساخكم واشعاركم فاذا
فرغ المستحمين من خلق العانة والرأس والابط شرع الاغتسال
بان يسكب او لا سبع طاسا متواليه على الرأس الماء الظاهر
السخونة كما امر جالينوس لان ذلك يفتح المسام فيصعد البخار
من الرأس بقدره الله تعالى ويجب ان يقيم المستحم في البيت الحار
الامادام الجلد يربو او يزداد رونقا فاذا حدث ضمور وكوب
وضيق نفس فالخروج واجب لوقوع الافراط ومن كان مبروبا
غليظ المادة بغسل رأسه بالسدر والصابون ومحروور الطيف
المادة بالخطيثر والتراب او من كان جعر الشعر فالواجب
ان يعلقه بنزق طونا المنقوع بالماء وان يدهن اللوز الحلو
والبنفسج وبالجملة ببعض الادهان المرطبة وان يحك الرجلين
فانه يحلل فضول الرجلين ويربي عياد القدمين والساقين
ويسر النفس وينفع الصداع واوجاع العين عند المنهى
بجذبه المواد والاشجرة من الاعالي وكلما كان الحجر اشد خشونة
فهو اقوى الايمن يكون ناعم البدن فانه قد لا يحتمل اطالة

الحك بالحسن ويكون الناعم من الحجر افضل له والحق ان حرك
الرجل يختلف بحسب رقة البشرة وبحسب لطافة المادة وغلظها
فرقيق البشرة بحسب ان يكون حجره قليل الخشونة وكثيفها
بضد ذلك ولطيف المادة يجب ان لا يبلغ في حك وجليه اول
دخوله الحمام وغلظ المادة بعد دخوله بزمان ليرق مادته
ويلطف ويعلم ان زمان المكث في الحمام انما يختلف بحسب
السمخات فالسحقف السمخنة ينبغي مكثه ان لا يطيل فيه
خوفا من التحليل وان يكون مقامه في اوقات الباردة في
البيت الثاني وفي الاوقات الحارة في البيت الاول وليكن
ذلك بحسب ما يحسن من الراححة ثم يفارقه قبل ان يتبدى
به الكرب ونواتر النفس والقلق وان يكون حمامه رطبا
الا يابس والمستحسفا الجلد يجب ان يكون مقامه فيه اكثر
من مقام التحليل فان يكون ميله الى الحمام البابس اكثر
من ميله الى الرطب وينبغي ان يكون مقامه في الاوقات
الباردة البيت الثالث وفي الحارة البيت الثاني ومتى كان
شحميا فان تدبيره يجب ان يكون كتدبير المختلخل وان كان
لحميا فتدبير المستحسف اما اختلافه بحسب الامزجة
فينبغي ان يكون مقام صاحب مزاج الحار البابس في الايام
الحارة البيت الاول وفي الباردة البيت الثاني ومكثه

ان لا يطيل فيه وان يكون الحمام رطبا وان يكثر زمنا
الصيف في حولهم من الازهار الباردة الرطبة كزهر البقيع
والنبلوفر والخيار المدقوق المشوش عليه الماورد والريحان
والورد وينجز بحسب مزاجه فالمحروور بنجوره الصندل والعود
والكافور والزعفران ورش الماء البارد وايضا على فرش الحمام
ليبرد الهواء ويرطبه وصاحب المزاج البارد البابس ينبغي
ان يكون حمامهم رطبا ويكثر من صب الماء حولهم ومن الازواج
المستحقة الرطبة ومقامه في البيت الثاني في الايام الحارة
وفي الاوقات الباردة البيت الثالث بان لا يطيل المكث
فيه وصاحب المزاج البارد الرطب يجب ان يكون مقامه
البيت الثاني في الاوقات الحارة والثالث في الاوقات الباردة
باطالة المكث فيه ونجوره العود والغبير والقسط والقرنفل
وصاحب المزاج الحار الرطب يجب ان يكون تدبيره معتدلا ولما
اختلفت اوقات السنة ففي زمان الصيف يجب ان يكون
الاستحمام اكثر من التعريق ويكون مقام المستحم في الاكثر
في البيت الاول ان كان محرورا وفي الثاني ان كان مبرودا وينبغي
ان لا يكون مكثه فيه زمانا يسيرا واما اختلافه بحسب الغذاء
المتقدم فالغذاء متى كان غليظا يجب المكث فيه اكثر مما اذا كان
لطيفا لتحلل ما بقي من الفضلة الغليظة ومتى كان لطيفا ينبغي

ان لا يبطئ المكث فيه خوفا من استيلاء التحلل واعلم ان الاحتراز
 من شرب الماء البارد في الحمام واجب لا يجابه الاستسقاء واما شرب
 الشراب في الحمام فهو ايضا من اضر الاشياء واما استعمال المسهل
 اللهم الا ان يكون الوقت شديدا البرد وسقي المسهل واجبا في
 يكون المستقر في البيت الاول لتعديل الهواء واما القي في الحمام
 فان كان بالادوية ^{الفموية} كالغزيف وعصارة الفجل وغيرها فان حكم
 حكم الدواء المسهل في الحمام وما كان بالماء الحار ونحوه لاجل
 تنقية المعدة ونواحيها فينبغي ان يكون في اول الدخول
 ولا يقعد بعده زمانا لان المقام بعده يهني المعدة لانصباب
 الفضول اليها والاحسن ان يكون بعد الخروج في الحمام واما
 النوم في الحمام فهو ردي جدا فان كثيرا من الناس ناموا في
 الحمام فاصبحوا موق في ذلك لاجل انحلال ارواحهم وهم
 لا يعلمون وخاصة اذا اطل النوم حتى احتيج الى تنفس بارد
 فلم يوجد سيما اذا كان فيه سراج وشموع فانها يعين على
 تحليل الروح وكذلك النهار اضر لا فراط ارخائه للدماغ و
 العصب والقوة النفسانية **الدوحة السادسة**
في كيفية الخروج من الحمام وما يجب مراعاة اعلم ان
 الخروج من الحمام يجب ان يكون بالتدريج كما في الدخول سيما
 متى كان في الشتاء لان المسامات تكون منفتحة متسعة

بسبب حرارة الحمام فينفذ البرد الخارجي الى الباطن بسرعة
 فيجب المستحم في الوقت البارد ان يلبس بعض الثياب في
 البيت الاول ثم يخرج الى المسلح ويلبس فيه تمام الثياب واما
 في الوقت الحار فيلبس ثيابه كله في المسلح بعد انقطاع بخار
 البدن وينبغي ان يكون اللباس في الشتاء الابرسيم في الصيف
 الكتان العتيق النظيف ثم يقيم زمانا ثم يتد رجوا في المشي
 ثم يستعمل النوم على فرش مرطبة ثم يتناول الغذاء بعد
 ثلث ساعات وليكن غداؤه احرقا مخصصة في الصيف وسادة
 في الشتاء ثم يشرب عند اخذ الغذاء شيئا من الاشربة
 الباردة مثل شراب الورد الاحمر والليمون والنبولفر والحامض
 ممزوجا بالماء وورد معطرا به هذا اذا كان المستحم شابا محمورا
 المزاج وان كان مبرورا وشيخا فالأوفق قدح من الشراب
 الريحاني العطر ممزوجا بماء لسان الثور فان لم يسوغ له
 الشراب او من تنزه من حرمة فغوضه بماء لسان الثور
 المحلول فيه شراب العسل المفوة ويحل فيه سكر اسكرلا
 ويعط بماء الورد ويجب ان يجتنب عقيب الحمام من سبعة
 امور الاول الانفعالات البدنية والنفسانية كاللعب
 والغضب الثاني شرب شيء بارد بالفعل فان المسام تكون
 منفتحة فلا يلبس في المعدة فيندفع بسرعة الى الاعضاء

الرئيسية فيفسد قواها الثالث شرب شيء حار بالفعل وخصوصا
الماء فانه يخاف منه احداث الدق بسبب قوة التحليل من
الماء الحار وهو الهام الرابع الجماع قبل يوم وليلة وذلك
يتمك البدن لاجتماع الاستفراغين الخامس الخروج دفقة
الى الهواء البارد الخارجى لاسيما كان الفصل باردا فان
اضطر الى ذلك فالدثار واجب على فوق العادة حتى لا ينفذ
البرد بسرعة الى الباطن بسبب سعة المسام السادس
استعمال الصوم لان في الاكثر يحدث العطش واذ توقف
دفعه يمكن ان يستمر الجفاف والتحليل فيوجب الدق السابع
استعمال الغذاء حين الخروج لان البدن قد استفاد
غريبة من الهام فيغير الغذاء الى كيفية غريبة ردية او
لانصباب المرار الى المعدة فيختلط الغذاء بالمرار وينفذ
الغذاء او يجذب حرارة البدن الى الظاهر فيكون الغريزية
ضعيفة في الباطن فيعسر الهضم فلذلك امر الاطباء ان ينام
بعد الخروج نومة خفيفة لرجع الحرارة الى الباطن ويجمع
القوى ثم بعد الانتباه يستعمل الغذاء **الدوحة السابعة**
فصلان الاول في انواع الحمامات اعلم ان الحمامات
مختلفة من جهة المياه فان كانت مياهه نظرونية او
بحرية او رمادية فان هذه يحلل الرطوبات ويلطف ويبرئها

للتحر ويزيل الترهل والتربل بتحليل الرطوبات الموجبة لهما
ويمنع انصباب المواد الى القروح بالتحليل والتجفيف
وينفع اصحاب الاستسقاء وجميع الاورام الباردة ^{طية} الرطبة
 واصحاب عرق المدق والمياه النخاسة والحديدية والمالحة
تنفع من اوجاع النقرس والمفاصل بتقوية المفاصل
وتجفيفها المواد بازالتها وينفع الاسترخاء والربو ^{امراض}
الكلى وخصوصا اذا كان عن مزاج بارد رطب سواء كان
ماديا او غير مادى والدمامل لتقوية ظاهر العضو حتى
لا يقبل المادة المذكورة وامراض الفم واللهاة والعين
المنسترخية ورطوبات البدن والاذن لاسيما اذا كان
بنجاسية والحديدية نافعة للمعدة والطحال لتقويتها
والمالحة ينفع الرأس القابلة للمواد والصدر الذى
يقبل النوازل واصحاب الاستسقاء واذا كانت شبيهة
او زاجية ينفع نفث الدم ونزف المقعدة والطمث
ويقلب المعدة واسترخائها والتهيج في الاطراف ودرور
العرق واسقاط الاجنة فاذا كانت كبريتية فهي تسكن
تسكن اوجاع التمدد والشيخ وتنقى الاعصاب وظهر
البدن من البثور والقروح الردية الطويلة المدة والبهق
والبرص وتحلل الفضول المنصبة الى المفاصل والطحال

والكبد لکنها یرخی المعدة ویسقط الشهوة ویفرط بحرارتها
وينفع من صلابة الرحم ويجب لمن اراد ان یستحم فی هذه الحمامات
الهدوء والدعة والتدریج والرفق غیر بفتة لان احساس المنافیات
بالتدریج اقل ضررا من احساسها بفتة **الفصل الثاني فی**
الاغتسال بالماء البارد الاغتسال بالماء البارد انما یصلح
لمن كان تدبیره من كل الوجوه مستقصیا وسنة ووقت
وفضله موافقا وبدنه نشیطا وحركاته موابیه ولم یکن به
حمية ولا سهر ولا نوازل ولا صبی وشیح ولا عقیب جماع او
سهر او طعام لم ینهضم او ضعیف البدن والمعدة ولا عقیب
ریاضة الا القوی البدن فیدلك قبل الاتیاض دلکا
شدیدا من المعتاد ویمرخ علی العادة ویرتاض باعتدال
واسرع من المعتاد قليلا ثم یشیع فیه دفعة ویلبث بمقدار
النشاط وقبل الاقشعران ثم اذا خرج عن ذلك زاد فی
غداؤه ونقص فی شرابه ونظره مدة عود لونه وحرارة
فان اسرع فاللبث المعتدل وان ابطأ فزائد ویقدر ذلك
فی اليوم الثاني وربما نثی فیجب ان یتدرج فیه فلیبدأ فی
يوم لا یكون فیه ریح وقد یستعمل بعد استعمال الماء الحار لتقوية
البشرة وحصر الحرارة فیجب ان یكون الماء غیر شدید البرد
ومثل هذا الاغتسال یهزم الحار الغریزی الی داخل دفعة

ثم یقوی علی الاستظهار والبروز اضعا فالماکان علیه اعلم ان
الحار الغریزی انما یقوی عند الاغتسال بالماء البارد لوجهین
الاول ان الاغتسال به یلزم قلة التحلل لتکاثف مسام البدن
بسبب برود الماء والثانی لبرودة الماء فانه یصلب الاجزاء
الظاهرة من البدن وتلدزها ویمنعها عن قبول الفعل الحار
الغریزی فی الظاهرة فیتوفر فی الباطنة فقط ویلزم من ذلك
ان یكون فعلا اقوی واكثر لان الشیء المتفعل متى قل قوی تاثیر
الفاعل فیه **الروضة العاشرة فی الانذارات من الحوادث**
الرؤية قبل وقوعها لا یجابهها الامراض لیسندارك بما يجب
تداركه برای الطیب الفاضل اذا كان ذلك ركن جلیل
من اركان حفظ الصحة ولا یلیق للاخلال به فنقول ان الصلح
والشقیقة اذا دام احشی من نزول الماء فی العین والانشاء
فان عولجت ولم یف العلاج فسل عرق الصدغین بری
ذلك باذن الله تعالی وتذكر طرفا من الاغذية والادوية
النافعة للدماغ والضارة به ليعرف النافع من الضار اما
الاغذية فلم الدجاج والفراخ والدراج واما الادوية
فالكابلی والاسطوخودوس المرابیین والابلیج وسائر
الانواع الھلیلک نافعة مقوية للعصب والخواس باذن
الله واما الضارة به اللبن والعس والبادنجان والباقلأ

والجرجير والبصل والثوم والفجل والتمر والاكتار من الكزبرة
والثوت والرغفران والعنب وتواتر السكر واكثر الجماع والنوم
على الامتلاء والسهر المستدام. دوام الاختلاج ينذر بقوة
قريبة فيتدارك بالاسهال لما يستفرغ الفضول الغليظة
وتحقق بالادوية الحارة وينعقد القي وذلك الوجه بخل
الحمر فداغلي فيه فونج ويقلل الغذاء ويصلح كيفية وبهجر
الشراب البتة ويستعمل الفرغمة باصل السوس وايارج
فيفقر والسعود بعصارة اذان الفار اختلاج جميع البدن
اذا دام وكثر انذ بالتشنج فليتدارك بتلطيف التدبير وقصد
العروق المعروفة بالاكل اذا كان الدم غالباً وان كان الغالب
غير الدم من الفضول يجب الاقتصار على اخراج تلك الفضول
بالاسهال والقي والحذر اذا دام تكراره انذر بفالج فيتدارك
بتلطيف واصلاح التدبير واستفراغ الخلط الغليظة اللزجة
التي في البدن بمثل ايارج جالينوس والفيقر او يعطى في ايام
الراحة اليريق الاكبر وبغدا بماء الحمر ويتنقل بالجوارش
الحارة حمرة الوجه والعين وظهور عروق فيها وسيلان الدموع
والنفور من الضوء مع صدام ينذر بمرسام فليتدارك
ذلك بالفصد والاسهال بما يجب وبغدي بماء الشعير
ويسكب في الفرق ووسط الرأس للخل مضروب فيه دهن

الورد وحلق الرأس وتبريد البدن واجب الكابوس والدوران
داما انذرا بصرع فينبغي ان لا يفقل عن ذلك فانه من الامراض
الرديئة الخطرة وكانت رؤساء الاو يسمونه المرض العظيم
ويقولون ان الله تبارك وتعالى اذا غضب على احد من خلقه
رماه بهذا السقم وليتدارك بالعلاج وبقصد الدماغ بما
لتسكين والتحليل وبسهل الفضول والرطوبة التي في الاجزاء
الكبار وبشحم الخنظل ويدخل الحمام الكبير في الماء او الحمام
ويسقي في ايام الراحة اليريق الاكبر او الاربع ويفرق غذاؤه
في اليوم مرات ويكون من الاغذية الحارة المقطوعة للفضل
الغليظ وبهجر اللبن والجبن والعدس والبصل والخردل والثوم
والكرفس الغم الدائم الذي له سبب مع خبث النفس وسوء
الرجاينذر ان يما ليخوليا فليتدارك بقصد الباء سليق
والاستيلاء من اليد اليسرى واكثر منه ان وجدت لونه الى
السوداء والامسكية على المكان وغذاه بالاسقنيديات
في لحم الجدي او الحملان وادخله الحمام المعتدل ونقي يده بمطبوخ
الايتمون ويجب الاحتراز عن جميع المولدات للسوداء خاصة
العدس ويراعى حال الطحال بما يصلحه الخيا اما العين او
يرى كأنه ضباب او دخان فان ذلك ينذر بتورل الماء في العين
فليتدارك باستقصاء النظر فيه فانه يكون عن ترقى الانجرة

من المعدة وهذا الاخوف على العين منه والحادث عن
سبب يحض العين هو ابتداء نزول الماء ويجب ان لا يهمل
امر هذا المضر في ابتداءها فربما استدكت بما يجب من العلاج
وبرات باذن الله تعالى والفرق بين هذين اذا كانت الحبال
في العينين كلاهما جميعا فهو من المعدة وبالعكس واذا كان
التخيل قد حدث شهران واكثر ولم ير في الناظر كدورة فتش
انه من المعدة ومجيب على صاحبه ان يحذر عن التخم والاعذية
الميجرة للدماغ واسعه القوقا فينزول ذلك باذن الله
تعالى واما اذا كانت في عين واحدة ولم يتغير في كل الاوقات
ووجد فيها كدورة او لم توجد فان ذلك ينذر بابتداء نزول
الماء امنعه من الفصد والحجامة ومن اكل السمك والاشياء
المرطبة واسهل اسهالا متواترا وكله باشياق المرارة وغذ
بالمسحونات المجففة وجذره من المنجرات للرأس كلها
تواتر الزكام والمنزلة ينذران بالرطوبة وعلل في الرية فليست
بتقوية بما يجب تداركه برأى الطبيب العرق الكثير الدائم يدل
على امتلاء في البدن فليبادر بتقليل الغذاء وتلطيفه وتعديل
كيفية ويجل بالفصد فان كان العرق له رائحة منتنة انذر
بقرب الحصى فيعالجها باسهال الصفراء الخفقاء الدائم المتدارك
ينذر بموت فجأة فليبادر بالفصد وتليين الطبيعة بالادوية



المليحة الاملاء المفرط بخاف منه نزول الدم والسكته
فليبادر بتقويض الدم بالفصد والحجامة بكل ما يجبه واسهال
الفضل الغالب الثقل في الناحية اليمنى عند ضلوع الخلف
والوخز والتمدد ينذران بعللة في الكبد فيداركها بقوة الكبد
برأى الطبيب البراز القليل الصغ الحارج عن العادة ينذر
بمرفان فليبادر اليه بما يجب تهيجه الوجه والاجفان وظهور
ورم في الاطراف ينذر استسقاء فليستدرك قبل تمكنه
نتر البراز يدل على تواتر التخم وثقل العروق وبتر البول
ينذران بوجود عفن وحدوث حمى نتن العرق والاعياء
والتكسر مع سقوط الشهوة ينذران بالحصى في الشهوة
مع اعياء وتقيح وجون ريج في المعاء ينذران بقولنج فيندرج
بتخفيف الغذاء وتجويده وطول النوم والرياضة في اوقا
ثم يسهل الطبيعة بالادوية الموصوعة للقولنج الثقيل والقدر
في اسفل البطن والحواسر الصدر مع تغير العادة في
البول ينذر بعللة قد بدأت بالكل فليستدرك حالها الخلقة
التي يخرجها المتعدة يودي الى البسهج البول الذي يحسن عند
خروجه بحرقة متى دام احدث قروحا في المثانة الحماك في
المقعدة متى دام انذروا سيرا لان يكون في المعاء ديدان

فيعمل في اخراجها الدما ميل يخشى منها ظهور خراج كبير كثرة
 السلع يخشى منها ديلة عظيمة البهق الابيض ينذر بمرض
 شديد الحرة في الوجه ومكودة فيه مع ضيق النفس ينذر بحزام
 عافانا الله تعالى عنه وعن سائر الامراض والاسقام بجرمة
 سيد الانام واصحاب الكرام هذا اخر الروضة العاشرة
 وبه يتم الكتاب بعناية الملك الوها وليعلم ان هذا الكتاب
 قد حرر وصنف حين ما احدثت انواع الهموم وجودي وار
 تسمت اصناف البلايا سورى واهدفت الاعوام عن نراضح
 الحوادث خلدى واشتمت الايام اعدائى وصارت قانوعلا
 قيمة الاثير وكيفية الاداءى عديمه التأثير ونجرت عقار
 القصص ولم انطق بشكواها بل تحملت النوائب وصبرت على بلوها
 مترغا بهذا شعر ارى الصبر محمودا وعنه مذهب فكيف اذا ما لم يكن
 عنه مذهب هو المهرب المنجى لمن اوقدت به مكاره دهر ليس عفين
 مهرب والحمد لله الملك الاعلم واستغفره مما خطا عنه الفهم وطفى
 فيه العلم انه قدروا حكم وانا العبد الفقير المذنب محمد بن ابراهيم المنطبيب
 الشريبيك زاده جعل الله الخبز زاده وزاده واحسن اليها فوق العا
 الحرة قد وقع الفراغ من تحرير هذه النسخة الشريفة من السنين في السنة
 الخامسة والاربعين مائة والف عن هجرة النبوية ومن
 الشهور في غرة شهر الصفر الحشرية عن يد اضعف
 العباد الذي هو محمد بن شعبان بن زعفران
 البورلوية اللهم طول عمر صاحب
 هذا مع آل واولاده وارفع
 مقامه بمقام عالين
 بسمه استخرج كل
 ما فيها كما انظر
 بنظره
 قليله



ابراهيم
 الشريبيك

حکیم باشی سابق نوح افندی مرحومک تنسوخی
 ترکیب و لک یوزیلن تحریرا و ثمان فصید و قالی کجایدر

در عود	سیلان	موباج	دباننا
۴	۸	۸	۸
مرجان	باقزاعمر	انجو	زمرد
۸	۸	۸	۸
پانزهر	عنبر	مسک	التول
۱۰	۳۰	۳۰	۶۰